

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ЖАРШЫСЫ ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ғылыми-практикалық журнал
научно-практический журнал



№2 (82) 2026

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі
Министерство просвещения Республики Казахстан

Ұлттық ғылыми-практикалық дене тәрбиесі орталығы
Национальный научно-практический центр физической культуры

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ
ЖАРШЫСЫ
Ғылыми-практикалық журнал



ВЕСТНИК
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Научно- практический журнал

№2(82)2026

ISSN 3079-8914

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ЖАРШЫСЫ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ЖУРНАЛ

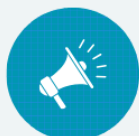


Журналдың құрылтайшысы:

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі
Ұлттық ғылыми-практикалық дене тәрбиесі орталығы



2009 жылғы 14 сәуірдегі №10053 Журналды мерзімді
баспасөз басылымын және ақпарат агенттігін есепке қою
туралы куәлік



Журнал 2001 ж. 07.02 бастап шығарылады.
Басылым жылына 4 рет шығады

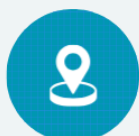


Редакция алқасы

Ташметов А.Б. – бас редактор
Дрейт Н.А. – бас редактор орынбасары
Кульназаров А.К. – п.ғ.д., профессор
Доскараев Б.М. – п.ғ.д., профессор
Сырымбетова Л.С. – п.ғ.к., профессор
Мамырханова А.М. – т.ғ.к., доцент, психология – педагогика магистрі
Мусаев Б.Б. – п.ғ.д., (DSc)
Леонтьева М.С. – п.ғ.д., доцент
Орлов А.И. – п.ғ.к.

Редакция хатшысы

Ордабаева А.А. – магистр, аға әдіскер



Мекенжайы:

010000, Астана қ.,
Сарыарқа даңғылы, 6
БО «Арман»



8-707-754-56-63



: nnpcfk2020@yandex.kz

Материалдардың анықтығына авторлар жауапты болады.
Редакция материалдарды қабылдамауға құқылы.

МАЗМҰНЫ/СОДЕРЖАНИЕ

01

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІ БОЙЫНША ПӘНДІК ОЛИМПИАДА ПРЕДМЕТНАЯ ОЛИМПИАДА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ SUBJECT OLYMPIAD IN PHYSICAL CULTURE

5-6 және 7-8 сынып оқушылары арасында өткізілген «Дене шынықтыру» пәні бойынша
Республикалық пәндік олимпиада туралы ақпарат
А.М. Мамырханова, А.А. Ордабаева

6

02

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ КОНЦЕПТУАЛДЫҚ-ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ИННОВАЦИЯЛЫҚ БАҒЫТТАРЫ КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ CONCEPTUAL, PSYCHOLOGICAL, AND INNOVATIVE DIRECTIONS OF PHYSICAL EDUCATION

Модель физического воспитания детей альфа-поколения в условиях современной школы
Л.С. Сырымбетова, Б. Бердалиев, М. Яуда

13

Разработка и эффективность программы формирования мотивации школьников
к высоким спортивным достижениям

20

Л.С. Сырымбетова, Н. Смирнов, Д. Махамбетов

МАЗМҰНЫ/СОДЕРЖАНИЕ

03

СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР МЕН ҰЛТТЫҚ СПОРТ ТҮРЛЕРІНІҢ ӘДІСТЕМЕЛІК ЖӘНЕ ТӘРБИЕЛІК МАҢЫЗЫ

МЕТОДИЧЕСКОЕ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ ИГР И НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

THE METHODOLOGICAL AND EDUCATIONAL SIGNIFICANCE OF SPORTS GAMES AND NATIONAL SPORTS WITHIN THE PHYSICAL EDUCATION SYSTEM

Зияткерлік ойын арқылы шыңдалған ой - рухани кемелденудің бастауы М.М. Мадикенова	28
Национальные игры как инструмент развития физических качеств и логического мышления обучающихся В.В. Холупенко	33
Этносport и безопасность, анализ травматизма и цифровые технологии в кокпаре Б.Т. Устемиров, Е. Алимханов	39
К вопросу о формировании долгосрочной стратегии спортивного клуба (проект-концепция) Л.С. Сырымбетова, Е.Я. Седых, А.И. Обухова	48
Методика проведения разминки в условиях небольшого спортивного зала: игровые формы, безопасность и плотность урока А.А. Рура, Р.К. Жунусов	62
Развитие навыков анализа и оценки игровой деятельности учащихся 9 класса на уроках волейбола посредством модели «Coach–Client» и подходов к постановке целей А. Орынбекқызы, А. Ергалиева	70
Педагогические условия внедрения цифровой дидактики в образовательный процесс подготовки педагогов физической культуры С.Е. Темиргалиева, Г.З. Айгужинова	76
Гандбол: күш пен жылдамдық мектебі М. Отан	84
Білім беру ұйымдарында конституция құндылықтары арқылы тұлғаның дене мәдениетін дамыту У.Т. Туленова	88

04

ФИЗИКАЛЫҚ БЕЛСЕНДІЛІКТІҢ ДЕНСАУЛЫҚ ПЕН ӨМІР САПАСЫНА ӘСЕРІ ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

THE IMPACT OF PHYSICAL ACTIVITY ON HEALTH STATUS AND QUALITY OF HUMAN LIFE

Мектепке баратын балалары бар жанұяларында салауатты өмір салтының әлеуметтік сипаттамасы Н.Ш.Тулеубаева, А.Ш.Тынбаев, Н. Хабыл, М.Т.Төлеген	94
Балалар денсаулығын нығайту және оңалтуға арналған емдік дене шынықтыру тәжірибесі Г.Н. Талиева, Н.Ш. Тулеубаева, А.Ш. Тынбаев, Н. Хабыл, М.Т. Төлеген	97

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5–8 КЛАССОВ В РАМКАХ РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ПРЕДМЕТНОЙ ОЛИМПИАДЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Мамырханова Аймен Молдагалиевна, к.и.н., доцент, руководитель лаборатории учебно-методического обеспечения Национального научно-практического центра физической культуры Министерства просвещения Республики Казахстан.

Ордабаева Айгерим Аманкуловна, магистр педагогики, и.о. руководителя лаборатории научно-исследовательской деятельности Национального научно-практического центра физической культуры Министерства просвещения Республики Казахстан.

 **Аннотация:** В статье представлен анализ результатов тестирования учащихся 5–8 классов, проведённого в рамках Республиканской предметной олимпиады по физической культуре. Рассмотрены показатели успеваемости по вариантам заданий и регионам Республики Казахстан, выявлены уровни подготовки участников, определены наиболее сложные задания и основные затруднения обучающихся. На основе полученных данных сформулированы рекомендации по совершенствованию подготовки школьников и повышению качества преподавания предмета «Физическая культура».

 **Ключевые слова:** физическая культура, олимпиада, тестирование, учебные достижения, анализ результатов, школьники.

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ПӘНІ БОЙЫНША РЕСПУБЛИКАЛЫҚ ОЛИМПИАДА АЯСЫНДА 5–8-СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ТЕСТІЛЕУ НӘТИЖЕЛЕРІН ТАЛДАУ

Мамырханова Аймен Молдагалиевна, т.ғ.к., доцент, Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің Ұлттық ғылыми-практикалық дене тәрбиесі орталығының оқу-әдістемелік қамтамасыз ету зертханасының жетекшісі

Ордабаева Айгерім Аманқұлқызы, педагогика магистрі, Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің ұлттық ғылыми-практикалық дене тәрбиесі орталығының ғылыми-зерттеу қызметі зертханасының жетекшісінің м.а.

 **Аңдатпа:** Мақалада дене тәрбиесі пәні бойынша Республикалық олимпиада аясында өткізілген 5–8-сынып оқушыларының тестілеу нәтижелеріне талдау жасалған. Тапсырма нұсқалары мен Қазақстан Республикасының өңірлері бойынша оқу жетістіктерінің көрсеткіштері қарастырылып, қатысушылардың дайындық деңгейлері айқындалды. Сонымен қатар, оқушылар үшін күрделі болған тапсырмалар мен олар кездескен негізгі қиындықтар анықталды. Алынған нәтижелер негізінде мектеп оқушыларын даярлау жүйесін жетілдіруге және «Дене тәрбиесі» пәнін оқыту сапасын арттыруға бағытталған ұсынымдар әзірленді.

 **Түйін сөздер:** дене тәрбиесі, олимпиада, тестілеу, оқу жетістіктері, нәтижелерді талдау, мектеп оқушылары.

ANALYSIS OF THE TESTING RESULTS OF STUDENTS IN GRADES 5–8 WITHIN THE REPUBLICAN SUBJECT OLYMPIAD IN PHYSICAL EDUCATION

Mamyrkhanova Aimen Moldagalievna, Candidate of Historical Sciences (PhD equivalent), Associate Professor, Head of the Laboratory of Educational and Methodological Support, National Scientific and Practical Center of Physical Culture, Ministry of Education of the Republic of Kazakhstan

Ordabayeva Aigerim Amankulovna, Master of Pedagogy, Acting Head of the Research Activities Laboratory, National Scientific and Practical Center of Physical Culture

 **Abstract:** The article presents an analysis of the testing results of students in Grades 5–8 conducted within the framework of the Republican Subject Olympiad in Physical Education. Academic performance indicators were examined according to test versions and regions of the Republic of Kazakhstan. The study identified the participants' levels of preparation, determined the most challenging test items, and revealed the main difficulties encountered by students. Based on the obtained data, recommendations were formulated to improve students' preparation and enhance the quality of teaching the subject of Physical Education.

 **Keywords:** physical education, Olympiad, testing, academic achievement, results analysis, school students.

Введение

Национальный научно-практический центр физической культуры с 2021 года ежегодно проводит Республиканскую предметную олимпиаду по физической культуре среди обучающихся 5–6 и 7–8 классов.

За последние три года заключительный этап Олимпиады проводился дважды в городе Алматы и один раз в городе Талдыкоргане. В текущем году мероприятие состоялось 11-15 мая в городе Астане. В нём приняли участие 150 обучающихся, из которых 60 детей из 5–6 классов и 90 — 7–8 классы. В Олимпиаде участвовали команды из 9 регионов Республики Казахстан.

По сравнению с предыдущим годом, количество участников сократилось на 30 человек, что может быть связано с ограниченными финансовыми возможностями отдельных регионов при формировании команд для участия в заключительном этапе соревнований.

Цель исследования

Цель исследования - анализ результатов тестирования учащихся 5–8 классов, определение уровня их предметной подготовки и выявление проблемных зон в освоении содержания учебной программы по физической культуре.

Методика исследования

Исследование проведено на основе результатов тестирования участников республиканского этапа Олимпиады.

Тестирование включало три варианта по 25 заданий в каждом. Задания охватывали содержание типовых учебных программ и были направлены на проверку знаний в области физической культуры, видов спорта, правил соревнований и здорового образа жизни.

Оценивание осуществлялось по бинарной системе: правильный ответ оценивался в 1 балл, неправильный в 0 баллов. Максимальный результат составлял 25 баллов.

Статистическая обработка данных

Статистическая обработка результатов тестирования проводилась с использованием методов описательной статистики. Для анализа данных рассчитывались среднее арифметическое значение (M), минимальные и максимальные показатели, процент выполнения заданий, стандартное отклонение (SD) и коэффициент вариации (CV), характеризующий степень однородности результатов участников.

Коэффициент вариации определялся по формуле:

$$CV = (SD / M) \times 100 \%$$

При интерпретации результатов использовались следующие критерии: значения коэффициента вариации до 10 % свидетельствовали о высокой однородности результатов, от 10 до 20 % — о средней вариативности, свыше 20 % — о высокой неоднородности показателей.

Для оценки различий между региональными группами применялся сравнительный анализ средних значений. Статистически значимыми считались различия при уровне значимости $p < 0,05$. Полученные результаты представлены в виде таблиц и процентных распределений, что позволило выявить особенности выполнения тестовых заданий и региональные различия в уровне подготовки обучающихся.

Результаты тестирования учащихся 5–6 классов

Анализ результатов по вариантам заданий показал наличие различий в уровне подготовки участников из разных регионов.

Таблица 1 – Результаты тестирования учащихся 5–6 классов по регионам

№	Регион	Средний балл	Максимальный балл	Минимальный балл	Уровень подготовки
1	Жетысуская область	21,5	24	17	Высокий
2	Алматы	20,8	24	16	Высокий
3	г. Астана	20,3	23	15	Высокий
4	Северо-Казахстанская область (СКО)	18,7	22	14	Выше среднего
5	Карагандинская область	18,4	21	13	Выше среднего
6	Алматинская область	16,2	21	12	Средний
7	Мангистауская область	15,8	19	11	Ниже среднего
8	Кызылординская область	15,1	18	10	Ниже среднего

Средний балл по регионам варьируется от 15,1 до 21,5 балла, что составляет разницу в 6,4 балла между регионом с самым высоким и регионом с самым низким уровнем показателя. При максимальном возможном результате 24 балла свидетельствует о существенном различии в качестве подготовки учащихся по регионам.

В группу с высоким уровнем подготовки вошли Жетысуская область (средний балл 21,5); г. Алматы (20,8); г. Астана (20,3). Эти регионы показывают наиболее стабильные и высокие результаты. Особенно выделяется Жетысуская область, где не только зафиксирован наивысший средний балл, но и относительно высокий минимальный результат (17 баллов), что говорит о более равномерной подготовке учащихся.

К регионам с уровнем выше среднего относятся Северо-Казахстанская область (18,7 балла) и Карагандинская область (18,4 балла). Их результаты уступают лидерам примерно на 1,6–2,8 балла, однако остаются достаточно высокими. Это свидетельствует о хорошем уровне освоения учебного материала большинством учащихся.

Алматинская область, которая занимает промежуточное положение со средним баллом 16,2, что на 5,3 балла ниже результата лидера, относится к региону со средним и низким показателем.

Наиболее низкие показатели отмечены в Мангистауской (15,8 балла) и Кызылординской областях (15,1 балла). Разница между этими регионами и лидирующей группой превышает 5 баллов, что может указывать на необходимость дополнительных мер по повышению качества обучения и академической поддержки учащихся.

Из полученных данных к регионам с наиболее высокими показателями по результатам тестирования относятся Жетысуская область, г.г Алматы и Астана, где зафиксированы наиболее высокие средние показатели. Северо-Казахстанская и Карагандинская области демонстрируют устойчивые результаты выше среднего уровня. Алматинская область находится на переходном уровне между средними и низкими показателями. Мангистауская и Кызылординская области требуют особого внимания, поскольку показывают самые низкие результаты тестирования. При этом сохраняется значительный межрегиональный разрыв в уровне подготовки учащихся, что может быть связано с различиями в образовательных ресурсах, кадровом обеспечении школ и социально-экономических условиях регионов.

Результаты исследования позволяют выделить три группы регионов по уровню успешности выполнения тестовых заданий: регионы с высокими показателями, регионы со средними показателями и регионы с низкими показателями. Разрыв между первой и третьей группами составляет более 29 % относительно максимального среднего результата, что свидетельствует о выраженной межрегиональной дифференциации уровня подготовки участников Олимпиады.

Анализ сложности заданий.

К числу наиболее лёгких заданий относятся вопросы №2, 3, 6, 18 и 20, уровень успешности выполнения которых составил от 80% до 95%. Данные задания направлены на проверку базовых знаний и репродуктивных умений.

Наиболее сложными оказались задания №14, 17, 21, 22 и 24, уровень успешности которых варьируется от 30% до 45%. Затруднения вызваны необходимостью анализа нестандартных ситуаций и применения логического мышления.

В разрезе вариантов установлено, что для первого варианта наиболее сложными являются задания № 5, 7 и 10, для второго варианта №17 и 22 и для третьего варианта №24 и 16.

При анализе сложности заданий к легким относятся № 1-5, большинство участников выполнили их успешно и предполагаемый уровень выполнения составляет 80–95%.

К средней сложности относятся задания № 6-10, 18-20, средний процент выполнения – 60-80%.

К наиболее трудным относятся вопросы № 11–17 и № 21–25, где во многих регионах фиксируется рост количества ошибок именно по этим заданиям, процент выполнения 40–60.

Результаты тестирования учащихся 7–8 классов

В исследовании приняли участие 90 обучающихся г.г. Алматы, Астана,

Карагандинской, Жетысуской, Алматинской, Мангистауской, Кызылординской и Туркестанской областей.

Таблица 2 Результаты тестирования обучающихся 7-8 классов по регионам

№	Регион	Кол-во участников	Всего ответов	Верных ответов	% выполнения
1	г. Астана	10	250	237	95%
2	Жетысуская область	10	250	205	82,0%
3	г. Алматы	10	250	192	76,8%
4	Северо-Казахстанская область (СКО)	10	250	182	72,8%
5	Карагандинская область	10	250	174	69,6%
7	Туркестанская область	10	250	125	50%
6	Мангистауская область	10	250	118	47,2%
8	Кызылординская область	10	250	115	46,6%
9	Алматинская область	10	250	102	40,8%

Результаты демонстрируют значительную дифференциацию уровня подготовки учащихся по регионам. Средний уровень выполнения заданий варьируется от высокого (80–95 % правильных ответов) до низкого (40–50 %)

Анализ полученных данных показывает, что наиболее высокий уровень подготовки продемонстрировали учащиеся г. Астаны и Жетысуской области. Высокие результаты большинства участников свидетельствуют о стабильном качестве подготовки в данных регионах: стабильно высокая доля правильных ответов; большинство участников демонстрируют ровный и высокий уровень выполнения; минимальное количество заданий с низким уровнем успешности выполнения. В г. Алматы, Северо-Казахстанской и Карагандинской областях выявлены отдельные участники с низкими результатами, однако в целом уровень подготовки остаётся достаточно высоким. Так, большая часть учащихся г. Алматы продемонстрировала высокий уровень освоения материала. Вместе с тем выявлены отдельные задания, вызвавшие затруднения у нескольких участников, что требует дополнительного анализа содержания данных вопросов.

Результаты Карагандинской области неоднородны. Наряду с сильными участниками присутствует группа учащихся с более низкими показателями, что свидетельствует о различиях в уровне подготовки.

У большинства учащихся Северо-Казахстанской области преобладают результаты среднего и выше среднего уровня, сформированы базовые знания, однако отдельные темы требуют дальнейшего закрепления..

Наиболее низкие показатели выявлены у участников Мангистауской, Кызылординской и Алматинской областей. Значительный разрыв между сильными и слабыми участниками свидетельствует о существенной межрегиональной дифференциации результатов и неоднородности качества подготовки. По результатам ответов обучающихся Мангистауской области наблюдается широкий

диапазон индивидуальных результатов. Часть учащихся демонстрирует высокий уровень подготовки, однако значительное количество ошибок у отдельных участников снижает общую результативность региона.

Результаты по Кызылординской области свидетельствуют о наличии существенных трудностей при выполнении тестовых заданий. Для многих участников характерно выполнение менее половины заданий.

Анализ результатов показал, что обучающиеся Алматинской области продемонстрировали один из самых низких уровней успешности выполнения тестовых заданий. Зафиксирована высокая доля неверных ответов практически по всем содержательным блокам теста, что свидетельствует о наличии системных затруднений в освоении проверяемых знаний и навыков.

Анализ сложности тестовых заданий

Исследование показало неодинаковый уровень сложности тестовых заданий.

К наиболее лёгким относятся задания № 1–5, успешность выполнения которых составила 80–95 %. Данные задания были ориентированы преимущественно на проверку базовых знаний.

Задания № 6–10 и № 18–20 можно отнести к средней категории сложности. Средний процент выполнения составил 60–80.

Наиболее трудными оказались задания № 11–17 и № 21–25, уровень выполнения которых варьировался в пределах 40–60 %. Именно на этих вопросах наблюдалось наибольшее количество ошибок.

Особую сложность для участников представляли задания № 14, 17, 21, 22 и 24, успешность выполнения которых составила от 30 до 45 %. Их выполнение требовало анализа нестандартных ситуаций, применения логического мышления и интеграции знаний из различных разделов учебной программы.

В разрезе вариантов наиболее сложными оказались: первый вариант - задания № 5, 7 и 10; второй вариант - задания № 17 и третий вариант - задания № 16 и 24.

Обсуждение

Полученные результаты свидетельствуют о том, что большинство участников успешно освоили базовый уровень содержания учебной программы по физической культуре. Вместе с тем значительная часть обучающихся испытывает затруднения при выполнении заданий, требующих анализа информации, логического мышления и применения знаний в нестандартных ситуациях.

Установлено, что региональный фактор оказывает существенное влияние на результаты тестирования. Разница между лидирующими и отстающими регионами достигает 30–40 процентных пунктов.

Наиболее устойчивые результаты демонстрируют города республиканского значения и регионы с разработанной системой методического сопровождения. В отдельных регионах выявлена высокая внутрирегиональная вариативность результатов, что свидетельствует о неоднородности качества образования.

Следует отметить, что задания второй половины теста обладают более высокой дифференцирующей способностью и позволяют объективнее оценивать уровень подготовки участников Олимпиады.

Заключение

Проведённое исследование позволило выявить основные тенденции в подготовке участников Республиканской предметной олимпиады по физической культуре.

Установлено, что общий уровень подготовки учащихся 5–8 классов можно оценить как удовлетворительный и выше среднего. Наиболее высокие результаты продемонстрировали обучающиеся Жетысуской области, города Алматы и города

Астаны.

Вместе с тем выявлены существенные различия между регионами, а также определены группы заданий, вызывающие наибольшие затруднения у участников. Наиболее сложными оказались задания, требующие аналитического мышления, интерпретации информации и применения знаний в нестандартных условиях.

Полученные результаты могут быть использованы для совершенствования содержания подготовки обучающихся, организации методической работы и повышения качества преподавания предмета «Физическая культура».

Практические рекомендации

Для повышения качества подготовки участников Олимпиады рекомендуется усилить работу с заданиями повышенного уровня сложности; внедрять практико-ориентированные и ситуационные задания; развивать у обучающихся навыки анализа и логического мышления; организовать адресную методическую поддержку регионов с низкими результатами; использовать положительный опыт школ-лидеров г.г. Алматы, Астаны и Жетысуской области; проводить регулярный мониторинг предметных дефицитов; организовывать дополнительные консультации и тренировочные тестирования; разработать региональные планы повышения качества подготовки на основе выявленных проблемных тем.

Результаты исследования могут быть использованы для корректировки образовательного процесса, планирования методической работы и совершенствования системы подготовки учащихся к последующим республиканским олимпиадам по физической культуре.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Закон Республики Казахстан «Об образовании» от 27 июля 2007 года № 319-III (с изменениями и дополнениями).
2. Государственный общеобязательный стандарт начального, основного среднего и общего среднего образования Республики Казахстан. – Астана: Министерство просвещения Республики Казахстан, 2022.
3. Типовая учебная программа по предмету «Физическая культура» для 5–9 классов уровня основного среднего образования. – Астана: Министерство просвещения Республики Казахстан, 2022.
4. Концепция развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы. – Астана, 2023.



МРНТИ 77.07.03

МОДЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ АЛЬФА-ПОКОЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЫ

Сырымбетова Ляйля Саркытовна, к.п.н., профессор, заведующая кафедрой «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда

Бердалиев Бекзат, студент выпускного курса образовательной программы «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

Яуда Мирас, студент выпускного курса образовательной программы «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

 **Аннотация:** В статье рассматривается актуальная проблема физического воспитания детей Альфа-поколения в условиях современной общеобразовательной школы. Представлена теоретическая модель организации физкультурно-оздоровительной работы с учётом психофизических особенностей и цифровой среды обитания данной возрастной группы. Проведён анализ отечественного и зарубежного опыта внедрения инновационных подходов к урокам физической культуры. Обоснована необходимость интеграции игровых технологий, геймификации, интерактивных цифровых инструментов и здоровье-сберегающих методик в учебный процесс. Предложены практические рекомендации по формированию устойчивой мотивации к двигательной активности у школьников поколения Альфа.

 **Ключевые слова:** Альфа-поколение, физическое воспитание, физическая культура в школе, двигательная активность, геймификация,

ҚАЗІРГІ МЕКТЕП ЖАҒДАЙЫНДАҒЫ АЛЬФА-ҰРПАҚ БАЛАЛАРЫНЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ МОДЕЛІ

Сырымбетова Ляйля Сарқытқызы, п.ғ.к., профессор; «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» кафедрасының меңгерушісі, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

Бердалиев Бекзат, «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» білім беру бағдарламасының 4 курс студенті, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

Яуда Мирас, «Дене шынықтыру және спорттық менеджмент» білім беру бағдарламасының 4 курс студенті, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

 **Аңдатпа:** Мақалада қазіргі заманғы жалпы білім беретін мектеп жағдайында Альфа-ұрпақ балаларының дене тәрбиесінің өзекті мәселесі қарастырылады. Осы жас тобының психофизикалық ерекшеліктері мен цифрлық мекендеу ортасын ескере отырып, дене шынықтыру-сауықтыру жұмыстарын ұйымдастырудың теориялық моделі ұсынылған. Дене шынықтыру сабақтарына инновациялық тәсілдерді енгізудің отандық және шетелдік тәжірибесіне талдау жүргізілді. Ойын технологияларын, геймификацияны, интерактивті цифрлық құралдарды және денсаулық сақтау саласындағы білімдік қажеттіліктері

THE MODEL OF PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN OF THE ALPHA GENERATION IN A MODERN SCHOOL

Syrymbetova Layla Sarkytovna, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor; Head of the Department of Physical Culture and Sports Management, Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda, Kazakhstan. E-mail: profsls@mail.ru

Berdaliev Bekzat, a graduate student of the educational program «Physical Culture and Sports Management». Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda, Kazakhstan.

Judah Miras, a graduate student of the educational program «Physical Culture and Sports Management». Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda, Kazakhstan.

Annotation: The article deals with the actual problem of physical education of children of the Alpha generation in a modern secondary school. A theoretical model of the organization of physical culture and recreation work is presented, taking into account the psychophysical characteristics and the digital environment of this age group. The analysis of domestic and foreign experience in the implementation of innovative approaches to physical education lessons is carried out. The necessity of integrating gaming technologies, gamification, interactive digital tools and health-saving techniques into the educational process is substantiated. Practical recommendations on the formation of stable motivation for motor activity in schoolchildren of the Alpha generation are proposed.

Keywords: Alpha generation, physical education, physical education at school, motor activity, gamification, digital technologies, health-saving, sports motivation, innovative methods, educational model.

Введение

Поколение Альфа (рождённые с 2010 года по настоящее время) представляет собой принципиально новую социокультурную и психофизическую реальность для системы образования. Дети, выросшие в мире сенсорных экранов, искусственного интеллекта и постоянного информационного потока, демонстрируют изменённые модели восприятия, внимания и физической активности. Перед педагогами физической культуры встаёт задача создания принципиально новых подходов, способных вовлечь это поколение в систематическую двигательную деятельность.

В Казахстане уже идет обновление модели: внедряется **новая школьная программа по физкультуре** ключевой акцент - **инклюзивность и мотивация детей**, проект реализуется совместно с ЮНЕСКО. Проведено **500+ обучающих мероприятий для педагогов**. Это показывает переход к международным стандартам (UNESCO Quality PE), реформирующей содержание общего образования, разработка эффективной модели физического воспитания детей Альфа-поколения имеет стратегическое значение. По данным Министерства здравоохранения РК, доля детей школьного возраста с недостаточным уровнем двигательной активности неуклонно растёт, что обуславливает актуальность научно-методического поиска в данной области.

Результаты исследования

Особенности Альфа-поколения и их влияние на физическое воспитание:

Дети Альфа-поколения характеризуются клиповым мышлением, высокой

скоростью переключения внимания и выраженной потребностью в интерактивности. Исследования показывают, что средняя продолжительность концентрации внимания у представителей данного поколения составляет 8-10 минут, что существенно ниже, чем у предыдущих поколений. При этом они обнаруживают высокую многозадачность, визуальное мышление и готовность к освоению новых форматов деятельности. Для физического воспитания это означает необходимость структурирования урока в формате коротких динамичных блоков с частой сменой видов активности и мгновенной обратной связью.

Цифровая среда как фактор гиподинамии. Ключевой проблемой физического развития детей поколения Альфа является гиподинамия, спровоцированная тотальной цифровизацией досуга. Среднестатистический ребенок данного поколения проводит перед экраном от 4 до 7 часов в сутки. Компенсаторная функция школьного урока физической культуры в таких условиях приобретает первостепенное значение. Необходима модель физического воспитания, которая не просто противопоставляет себя цифровой среде, но органично включает её элементы в двигательный процесс. [1]

Зарубежный опыт: инновационные подходы к физическому воспитанию.

1. Финская модель: активная школа. Финская программа «Liikkuva koulu» (Активная школа) является одной из наиболее успешных международных моделей физического воспитания. Её фундаментальный принцип – обеспечение не менее 60 минут физической активности в день для каждого школьника путём встраивания двигательных пауз в учебный процесс. Уроки проводятся с обязательным разнообразием методов: командные игры, индивидуальные задания, уличная активность. Результаты внедрения программы показали снижение заболеваемости учащихся на 18% и улучшение академической успеваемости за счёт повышения концентрации внимания. [2]

2. Американская модель: геймификация и технологии. В США широко распространена практика использования фитнес-трекеров и мобильных приложений на уроках физической культуры. Программа «PE with Technology» в ряде штатов предполагает использование умных браслетов для мониторинга пульса, шагомеров и интерактивных экранов в спортивных залах. Геймификация – присвоение очков, достижений и уровней за выполнение физических упражнений, что повышает вовлеченность учащихся на 35-40% по сравнению с традиционными методами. Характерной чертой является система персонализированных заданий с учётом уровня физической подготовленности каждого ребёнка [2].

3. Азиатский опыт: дисциплина и цифровая интеграция. Япония и Южная Корея реализуют модели физического воспитания, сочетающие традиционные дисциплинарные практики с современными цифровыми инструментами. В японских школах широко применяется «тайсо» – система утренней гимнастики, транслируемой в прямом эфире для всей страны, дополненная приложениями для отслеживания личного прогресса. В Южной Корее активно внедряются виртуальная реальность и интерактивные полы с проекцией для занятий физкультурой, что позволяет создавать иммерсионный двигательный опыт. Однако с 2017 года оба государства ужесточили нормы экранного времени в школах, создав баланс между технологиями и живой физической активностью. [3]

Казахстанская практика физического воспитания: этапы и трансформации.

1. Советское наследие и период реформ (1991–2000). Казахстанская система физического воспитания унаследовала советскую модель, ориентированную на нормативные показатели (нормы ГТО) и массовый спорт. В

период перехода к независимости система испытала значительную деградацию: закрытие спортивных секций, износ материально-технической базы школ, снижение социального статуса учителя физической культуры. Тем не менее были сохранены базовые структурные элементы: три урока физической культуры в неделю, система школьных соревнований и физкультурные нормы. [3]

2. Период государственных программ (2000–2015). Принятие Государственной программы развития образования 2011–2020 ознаменовало системные инвестиции в инфраструктуру физического воспитания. Были построены и оснащены тысячи новых спортивных залов и стадионов при школах. Введена система президентских тестов физической подготовленности. В ряде регионов запущены пилотные проекты по внедрению элементов европейских методик. Однако содержание уроков физической культуры оставалось преимущественно традиционным, ориентированным на нормативные показатели, без учёта изменений в психофизиологии учащихся.

3. Период цифровой трансформации образования (2015–2020). Переход к обновлённому содержанию образования потребовал пересмотра подходов к физическому воспитанию. Введены новые ГОСО, ориентированные на компетентностный подход. Физическая культура была включена в систему оценивания по критериальному принципу. В ряде школ Астаны и Алматы внедрены пилотные программы с использованием фитнес-трекеров и мобильных приложений для мониторинга физической активности учащихся [4].

4. Современный период: вызовы Альфа-поколения (с 2020). Пандемия COVID-19 и последующий период обнажили структурные проблемы физического воспитания казахстанских школьников. Дистанционное обучение привело к резкому снижению двигательной активности. По данным НАО «Центр педагогического мастерства», более 60% школьников демонстрируют недостаточный уровень физической подготовленности. Министерство просвещения РК инициировало разработку новых стандартов физического воспитания с учётом реалий Альфа-поколения [4].

Система физического воспитания в казахстанских школах претерпела значительные изменения за последнее десятилетие. Если в 2010 году большинство уроков физической культуры строилось по традиционному принципу «показал - сделал - оценил», то к 2024 году в школах страны начали внедряться элементы персонализированного подхода. По данным Министерства просвещения РК, охват учащихся организованными формами физической активности составляет около 78%, однако реальные показатели физической подготовленности остаются ниже целевых значений государственной программы [4].

Ключевые проблемы действующей системы физического воспитания это в первую очередь унифицированность содержания без учёта индивидуальных особенностей. Действующие программы физического воспитания ориентированы на среднестатистического ученика и не предусматривают дифференциации по физическому развитию, интересам и психотипу ребёнка. Нормативные показатели (бег 60 м, прыжок в длину, подтягивания) оцениваются единообразно, что демотивирует детей с различным уровнем физической подготовленности. Это особенно критично для Альфа-поколения, привыкшего к персонализированному цифровому опыту [5].

Аналогия с успешной трансформацией Kaspi Bank в цифровую экосистему уместна и в контексте физического воспитания: ключом к успеху стало не противостояние цифровой реальности, а её органичная интеграция в продуктивное предложение. Аналогично, модель физического воспитания Альфа-поколения

должна не ограничивать экранное время, а переориентировать цифровые интересы детей на двигательную активность через геймификацию и умные технологии. Главный KPI - не нормативный показатель, а сформированная привычка к движению [5].

Влияние государственных программ и инфраструктурной поддержки на развитие физической культуры. Государство через Министерство просвещения, Министерство спорта и туризма, НАО «Самрал» и НАО «Центр педагогического мастерства» реализует программы повышения квалификации учителей физической культуры, обновления инфраструктуры и разработки новых методических пособий. Программа «Денсаулық» предусматривает оснащение школ современным спортивным инвентарём и создание открытых спортивных площадок. Государственные инициативы задают вектор развития, однако их реализация на уровне отдельной школы требует активной методической поддержки.

Современные тенденции: к модели будущего. Передовые школы Казахстана демонстрируют первые успешные примеры внедрения новой модели физического воспитания. Назарбаев Интеллектуальные школы используют фитнес-браслеты и планшеты для ведения электронных дневников физической активности учащихся. В ряде школ Астаны и Алматы внедрены интерактивные игровые комплексы (Yalp Interactive, Mino) на переменах. Эти практики подтверждают жизнеспособность предложенной модели в казахстанских условиях.

Предлагаемая модель физического воспитания детей Альфа-поколения

Компонентная структура разработанной модели физического воспитания детей Альфа-поколения, включает четыре взаимосвязанных компонента: мотивационный, содержательный, технологический и средовой (таблица 1).

Таблица 1. Компонентная структура модели физического воспитания детей Альфа-поколения

Компонент	Содержание	Методы и инструменты	Ожидаемый результат
Мотивационный	Формирование интереса к двигательной активности	Геймификация, соревновательные элементы, цифровые достижения	Устойчивый интерес к занятиям физкультурой у 75%+ учащихся
Содержательный	Разнообразие видов двигательной деятельности	Спорт, хореография, единоборства, паркур, фитнес	Развитие физических качеств и двигательных навыков
Технологический	Цифровые инструменты мониторинга и обратной связи	Фитнес-трекеры, мобильные приложения, интерактивные панели	Персонализация нагрузки, объективный контроль прогресса
Средовой	Организация	Активные	60+ минут

	физически активной образовательной среды	переменки, тренажёры в коридорах, дворовые зоны	физической активности в течение учебного дня
--	---	--	---

Примечание – таблица была составлена автором самостоятельно на основе анализа научно-педагогической литературы

Представленная структура демонстрирует системный подход к организации физического воспитания, ориентированный на современные особенности развития детей и цифровую образовательную среду.

Мотивационный компонент направлен на формирование устойчивого интереса учащихся к двигательной активности. В качестве ключевых методов используются геймификация, соревновательные элементы и система цифровых достижений, что соответствует когнитивным и поведенческим особенностям детей Альфа-поколения. Ожидаемым результатом является формирование устойчивой мотивации к занятиям физической культурой не менее чем у 75% обучающихся.

Содержательный компонент отражает разнообразие форм двигательной активности, включая как традиционные (спорт), так и современные и альтернативные направления (хореография, единоборства, паркур, фитнес). Это обеспечивает всестороннее развитие физических качеств и формирование широкого спектра двигательных навыков, а также учитывает индивидуальные интересы обучающихся.

Технологический компонент акцентирует внимание на использовании цифровых инструментов для мониторинга и обеспечения обратной связи. Применение фитнес-трекеров, мобильных приложений и интерактивных панелей позволяет осуществлять персонализацию физической нагрузки и обеспечивать объективный контроль прогресса учащихся, что повышает эффективность образовательного процесса.

Средовой компонент связан с организацией физически активной образовательной среды. Реализация данного компонента предполагает внедрение активных перемен, использование тренажёров в школьных пространствах и развитие дворовых зон. В результате обеспечивается достижение рекомендуемого уровня физической активности – не менее 60 минут в течение учебного дня.

Таким образом, предложенная компонентная структура модели носит комплексный и интегративный характер, объединяя мотивационные, содержательные, технологические и организационно-средовые аспекты. Это обеспечивает повышение вовлечённости учащихся, индивидуализацию обучения и формирование устойчивых привычек здорового образа жизни у детей Альфа-поколения.

Основополагающее уравнение эффективности физического воспитания Альфа-поколения выглядит следующим образом: **Результат = Мотивация + Содержание + Технологии + Среда – Барьеры**.

Модель считается эффективной, если устойчивая двигательная активность сформирована у не менее чем 75% учащихся, а показатели физической подготовленности демонстрируют положительную динамику на протяжении двух и более учебных лет.

Заключение

Разработка и внедрение предлагаемой модели физического воспитания детей Альфа-поколения представляется как один из приоритетов современной педагогики. Проведённый анализ показывает, что успешные международные и

отечественные практики объединяет несколько общих принципов: персонализация физической нагрузки, органичная интеграция цифровых технологий, создание физически активной образовательной среды в течение всего учебного дня, а не только на уроках физической культуры.

Предложенная четырёхкомпонентная модель (мотивационный, содержательный, технологический и средовой компоненты) представляет собой системный ответ на вызовы, которые Альфа-поколение ставит перед физическим воспитанием. Её реализация в условиях казахстанской школы требует комплексного подхода: обновления содержания учебных программ, повышения квалификации учителей, инвестиций в цифровую инфраструктуру и активного вовлечения родителей.

Перспективы исследования связаны с апробацией модели в пилотных школах Казахстана, разработкой конкретных учебно-методических материалов и созданием системы оценки её эффективности на основе количественных показателей физической активности учащихся.

Статья подготовлена в рамках выпускной квалификационной работы на тему: «Создание модели физического воспитания детей Альфа-поколения», утвержденной приказом ректора Карагандинского университета Казпотребсоюза.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Лях, В. И. Физическая культура. 10–11 классы: учебник / В. И. Лях. – Москва: Просвещение, 2023. – 256 с.
2. Бочавер, А. «Не осуждать, а слышать» / А. Бочавер // Открываем детские вселенные. Сокращаем разрыв поколений: материалы III научно-практической конференции по вопросам дополнительного образования. – 25 апреля 2025 г.
3. Министерство просвещения Республики Казахстан. Государственный общеобязательный стандарт образования [Электронный ресурс]. – Астана, 2023. <https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/documents/details/597283?lang=ru>
4. (дата обращения: 07.04.2026).
5. Проект ЮНЕСКО «Национальный научно-практический центр физической культуры». Анализ ситуации в сфере физического воспитания Казахстана. – 2021.
6. Министерство спорта и туризма Республики Казахстан. Национальный доклад о состоянии здоровья и физической активности населения. – 2024.



МРНТИ 77.01.39

РАЗРАБОТКА И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ К ВЫСОКИМ СПОРТИВНЫМ ДОСТИЖЕНИЯМ

Сырымбетова Ляйля Саркытовна, заведующая кафедрой «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

Смирнов Никита, студент ОП «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

Махамбетов Данил, студент ОП «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

 **Аннотация:** В данной работе рассматривается разработка программы, направленной на формирование мотивации школьников к достижению высоких результатов в спорте, а также анализируется ее эффективность. Актуальность темы связана с тем, что в настоящее время у многих школьников наблюдается недостаточный интерес к занятиям физической культурой и спортом. В работе изучены основные теоретические подходы к понятию мотивации, рассмотрены факторы, влияющие на желание школьников заниматься спортом и добиваться высоких результатов. На основе этого была разработана программа, включающая различные методы и приемы, такие как поощрение, постановка целей, индивидуальный подход и создание ситуации успеха. Также в работе представлены результаты проведенного исследования, которые показывают, что внедрение данной программы способствует повышению интереса школьников к спорту, улучшению их результатов и формированию устойчивой мотивации к занятиям. Полученные результаты могут быть использованы в практике работы учителей физической культуры и тренеров для повышения эффективности спортивной подготовки школьников.

 **Ключевые слова:** мотивация, школьники, спортивные достижения, физическая культура, программа мотивации, педагогические методы, физическое воспитание, интерес к спорту, спортивная деятельность, эффективность программы, развитие личности, целеустремленность, вовлеченность учащихся

МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫН ЖОҒАРЫ СПОРТТЫҚ ЖЕТІСТІКТЕРГЕ ЖЕТУГЕ ҢНТАЛАНДЫРУ БАҒДАРЛАМАСЫН ӘЗІРЛЕУ ЖӘНЕ ТИІМДІЛІГІ

Сырымбетова Ләйлә Сарқытқызы, «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» кафедрасының меңгерушісі, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті

Смирнов Никита, «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» білім беру бағдарламасының студенті, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті

Махамбетов Данил, «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» білім беру бағдарламасының студенті, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.,

Аңдатпа: Бұл мақалада мектеп оқушыларын спортта жоғары нәтижелерге жетуге ынталандыруға бағытталған бағдарламаның әзірленуі қарастырылады және оның тиімділігі талданады. Бұл тақырыптың өзектілігі қазіргі уақытта көптеген мектеп оқушыларының дене шынықтыру мен спортқа қызығушылығының болмауымен байланысты. Бұл мақалада мотивация тұжырымдамасына негізгі теориялық тәсілдер қарастырылады және мектеп оқушыларының спортпен шұғылдануға және жоғары нәтижелерге жетуге деген ұмтылысына әсер ететін факторлар қарастырылады. Осы тәсілдерге сүйене отырып, ынталандыру, мақсат қою, жеке тәсіл және табыс жағдайын жасау сияқты әртүрлі әдістер мен әдістерді қамтитын бағдарлама әзірленді. Сондай-ақ, мақалада осы бағдарламаны енгізу мектеп оқушыларының спортқа деген қызығушылығын арттыруға, олардың өнімділігін арттыруға және жаттығуға тұрақты мотивацияны дамытуға көмектесетінін көрсететін зерттеу нәтижелері келтірілген. Алынған нәтижелерді мектеп оқушыларының спорттық жаттығуларының тиімділігін арттыру үшін дене шынықтыру мұғалімдері мен жаттықтырушыларының тәжірибесінде пайдалануға болады.

Түйін сөздер: мотивация, мектеп оқушылары, спорттық жетістіктер, дене шынықтыру, мотивация бағдарламасы, педагогикалық әдістер, дене шынықтыру, спортқа қызығушылық, спорттық іс-шаралар, бағдарламаның тиімділігі, жеке даму, міндеттеме, оқушылардың қатысуы.

DEVELOPMENT AND EFFECTIVENESS OF A PROGRAM TO MOTIVATE SCHOOLCHILDREN TO ACHIEVE HIGH ATHLETIC ACHIEVEMENTS

Syrymbetova Lyailya Sarkytovna, Head of the Department of Physical Culture and Sports Management, Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda.

Smirnov Nikita, student of the Educational Program «Physical Culture and Sports Management», Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda

Makhambetov Danil, student of the Educational Program «Physical Culture and Sports Management», Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda.

 **Abstract:** This paper examines the development of a program aimed at motivating schoolchildren to achieve high results in sports and analyzes its effectiveness. The relevance of this topic is due to the fact that many schoolchildren currently lack interest in physical education and sports. This paper examines the main theoretical approaches to the concept of motivation and considers the factors influencing schoolchildren's desire to participate in sports and achieve high results. Based on these approaches, a program was developed that incorporates various methods and techniques, such as incentives, goal setting, an individualized approach, and creating a situation of success. The paper also presents the results of the study, which demonstrate that the implementation of this program helps increase schoolchildren's interest in sports, improve their performance, and develop sustainable motivation for training. The results obtained can be used in the practice of physical education teachers and coaches to improve the effectiveness of schoolchildren's sports training.

 **Key words:** motivation, schoolchildren, sports achievements, physical education, motivation program, pedagogical methods, physical education, interest in sports, sports activities, program effectiveness, personal development, commitment, student involvement

Введение.

В настоящее время проблема мотивации школьников к занятиям спортом становится все более актуальной. Это связано с тем, что многие учащиеся ведут малоподвижный образ жизни и не проявляют достаточного интереса к физической культуре. В результате снижается уровень их физической подготовки и общее состояние здоровья [1]. В научной литературе отмечается, что мотивация играет важную роль в любой деятельности человека, особенно в спортивной. Именно она во многом определяет, будет ли школьник стремиться к высоким результатам или ограничится минимальной активностью [2]. Поэтому важной задачей является создание таких условий, которые будут способствовать развитию интереса к спорту и стремлению к достижению успеха [3]. На сегодняшний день существует противоречие между необходимостью повышения мотивации школьников к занятиям спортом и недостаточной разработанностью эффективных программ, направленных на ее формирование в условиях школы.

Объект исследования – процесс физического воспитания школьников. Предмет исследования – формирование мотивации школьников к высоким спортивным достижениям.

Цель работы – разработать программу формирования мотивации школьников к высоким спортивным достижениям и проверить ее эффективность. Для достижения поставленной цели были поставлены следующие задачи: изучить литературу по теме исследования; рассмотреть особенности мотивации школьников; разработать программу формирования мотивации; провести эксперимент и оценить ее эффективность.

Гипотеза исследования заключается в том, что мотивация школьников к высоким спортивным достижениям будет формироваться более эффективно, если использовать специально разработанную программу, включающую различные педагогические и психологические методы. В работе были использованы следующие методы: анализ научной литературы, наблюдение, анкетирование, педагогический эксперимент.

Практическая значимость работы заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы учителями физической культуры и тренерами для повышения интереса школьников к занятиям спортом.

Методы и материалы.

В ходе исследования применялся комплекс теоретических и эмпирических методов, направленных на всесторонний анализ процесса формирования мотивации школьников к высоким спортивным достижениям. Выбор методов был обусловлен необходимостью сочетания теоретического изучения проблемы с анализом практического педагогического опыта, что позволило обеспечить комплексный и системный характер работы.

Исследование проводилось на базе общеобразовательной школы имени Бауыржана Момышулы №16, в нем приняли участие 25-30 учащихся 7-8 классов в возрасте 13-15 лет. Выбор данной возрастной группы обусловлен тем, что именно в этом возрасте активно формируется отношение к физической культуре и спортивной деятельности, а также закладываются основы устойчивой мотивации к занятиям спортом.

Основу исследования составили методы теоретического анализа, сравнения и обобщения научной и методической литературы по вопросам мотивации, физического воспитания и спортивной подготовки школьников. В рамках данного этапа были изучены труды отечественных и зарубежных авторов, посвященные проблемам формирования мотивации, развитию спортивной активности учащихся и педагогическим условиям повышения интереса к занятиям физической культурой. Анализ научных источников позволил выявить основные подходы к формированию мотивации школьников, определить их эффективность, а также обозначить факторы, оказывающие влияние на устойчивость интереса к спортивной деятельности.

Особое внимание уделялось рассмотрению психолого-педагогических особенностей мотивации школьников, поскольку данный возраст характеризуется повышенной чувствительностью к внешним факторам, неустойчивостью интересов и значимой ролью социального окружения. В связи с этим важным является использование педагогических методов, направленных на формирование устойчивой внутренней мотивации, стремления к самосовершенствованию и достижению спортивных результатов.

В качестве эмпирических методов исследования использовались анкетирование, педагогическое наблюдение и педагогический эксперимент. Анкетирование школьников было направлено на выявление исходного уровня мотивации к занятиям спортом, их интересов и отношения к физической культуре и спортивной деятельности. Педагогическое наблюдение позволило оценить поведение учащихся на уроках физической культуры, их активность, вовлеченность и реакцию на различные формы педагогического воздействия.

Педагогический эксперимент являлся ключевым методом исследования и был направлен на проверку эффективности разработанной программы формирования мотивации школьников к высоким спортивным достижениям. В ходе эксперимента анализировались изменения уровня мотивации, активности и заинтересованности учащихся в спортивной деятельности до и после внедрения программы.

Полученные в ходе исследования данные были подвергнуты качественному и количественному анализу, что позволило сопоставить теоретические положения с результатами практической работы и определить эффективность применяемых педагогических методов.

Для систематизации результатов исследования и наглядного представления взаимосвязи между методами и этапами работы была составлена таблица,

отражающая структуру применяемых методов исследования.

Для систематизации применяемых методов исследования и их направленности в рамках работы была составлена таблица 1, отражающая основные группы методов, их назначение и результаты применения в процессе изучения формирования мотивации школьников к высоким спортивным достижениям.

Таблица 1 - Методы исследования и их характеристика

Метод	Назначение в исследовании	Результат применения
Анализ научной литературы	Изучение теоретических основ мотивации школьников	Определены ключевые подходы к формированию мотивации
Сравнение и обобщение	Сопоставление различных научных подходов	Выявлены эффективные педагогические методы
Систематизация данных	Структурирование информации по теме исследования	Сформирована целостная теоретическая база
Анкетирование	Определение уровня мотивации школьников	Получены данные об интересе к спортивной деятельности
Педагогическое наблюдение	Оценка поведения учащихся на уроках физкультуры	Определена степень вовлеченности школьников
Педагогический эксперимент	Проверка эффективности разработанной программы	Выявлена положительная динамика мотивации

Для более наглядного представления характеристик участников исследования была составлена таблица 2, в которой представлены основные данные о базе исследования, количестве участников, их возрасте, классе и других значимых параметрах, необходимых для проведения педагогического эксперимента и анализа полученных результатов.

Таблица 2 – Характеристика участников исследования

Показатель	Характеристика
База исследования	Общеобразовательная школа имени Бауыржана Момышулы №16
Количество участников	25-30
Возраст	13-15 лет
Класс	7-8 классы
Половой состав	Мальчики и девочки
Период исследования	1 учебный семестр

Результаты и обсуждения.

Проведенный анализ научной и методической литературы по проблеме формирования мотивации школьников к высоким спортивным достижениям позволяет сделать ряд обобщенных выводов, имеющих важное значение для понимания исследуемой темы.

В первую очередь следует отметить, что мотивация рассматривается в психолого-педагогической науке как ключевой фактор, определяющий направленность и устойчивость деятельности человека. В контексте спортивной деятельности школьников мотивация выступает основным условием регулярного участия в занятиях физической культурой, стремления к совершенствованию физических качеств и достижению спортивных результатов [1].

Согласно исследованиям Е.П. Ильина, мотивационная сфера личности включает в себя как внутренние, так и внешние побудительные силы, при этом именно внутренняя мотивация (интерес к деятельности, стремление к самосовершенствованию, чувство удовлетворения от процесса) оказывает наиболее устойчивое влияние на поведение человека [2]. В спортивной педагогике данный подход подтверждается тем, что учащиеся, обладающие внутренней мотивацией, демонстрируют более высокую вовлеченность в тренировочный процесс и устойчивость к трудностям.

Анализ работ в области физического воспитания показывает, что мотивация школьников к занятиям спортом формируется под влиянием комплекса факторов, среди которых выделяются: педагогическое воздействие, социальное окружение, успехи в деятельности, а также индивидуальные особенности личности [3]. При этом особое значение имеет создание условий «ситуации успеха», при которой учащийся получает положительное подкрепление своих достижений, что способствует формированию уверенности в собственных силах и повышению интереса к занятиям [4].

Ряд авторов отмечает, что традиционные формы организации уроков физической культуры не всегда обеспечивают достаточный уровень мотивации школьников, что связано с недостаточной индивидуализацией обучения и ограниченным использованием современных педагогических технологий [5]. В связи с этим в современных исследованиях предлагается внедрение игровых методов, соревновательных элементов, индивидуальных программ подготовки и технологий личностно-ориентированного обучения.

Особое внимание в научной литературе уделяется возрастным особенностям школьников. Подростковый возраст характеризуется повышенной эмоциональностью, стремлением к самоутверждению и высокой значимостью оценки со стороны сверстников. Это создает благоприятные условия для формирования мотивации через соревновательную деятельность, групповые формы работы и систему поощрения достижений [3].

Также установлено, что эффективное формирование мотивации невозможно без участия педагогов и родителей. Поддержка со стороны значимых взрослых способствует укреплению уверенности школьников в своих возможностях и формированию устойчивого интереса к спортивной деятельности [4].

На основании анализа научных источников можно выделить несколько ключевых положений:

- мотивация является определяющим фактором спортивной активности школьников;
- наибольшую устойчивость имеет внутренняя мотивация;
- формирование мотивации требует комплексного педагогического подхода;

- важную роль играет создание ситуации успеха и положительного эмоционального фона;
- эффективность мотивации повышается при использовании современных педагогических технологий.

Таким образом, проведенный анализ позволяет сделать вывод о том, что формирование мотивации школьников к высоким спортивным достижениям является многофакторным процессом, требующим системного педагогического воздействия и применения разнообразных методов обучения и воспитания.

Заключение.

В ходе выполнения дипломной работы была изучена проблема формирования мотивации школьников к высоким спортивным достижениям. Актуальность данной темы обусловлена необходимостью повышения интереса учащихся к занятиям физической культурой и спортом, а также формирования устойчивой внутренней мотивации к систематической спортивной деятельности.

Анализ научной литературы показал, что мотивация является одним из ключевых факторов, определяющих успешность спортивной деятельности. Как отмечает Е.П. Ильин, мотивационная сфера личности включает совокупность внутренних и внешних побудительных сил, при этом именно внутренняя мотивация обеспечивает наиболее устойчивое включение человека в деятельность [1]. Аналогичные положения рассматриваются в работах Л.С. Выготского, который подчеркивал значимость социальной среды и общения в развитии личности школьника [5].

В ходе исследования установлено, что эффективное формирование мотивации возможно при комплексном педагогическом воздействии, включающем создание ситуации успеха, использование индивидуального подхода и развитие интереса к занятиям физической культурой. По мнению В.И. Ляха, правильно организованный процесс физического воспитания способствует не только развитию физических качеств, но и формированию устойчивой мотивации к занятиям спортом [2].

Также было выявлено, что важную роль играет системность тренировочного процесса и постепенное усложнение заданий. Л.П. Матвеев отмечает, что эффективность физического воспитания напрямую зависит от грамотной организации учебно-тренировочного процесса и последовательности педагогических воздействий [3].

Дополнительно В.К. Бальсевич указывает, что развитие мотивации к занятиям спортом связано с формированием у учащихся осознанной потребности в двигательной активности и здоровом образе жизни [4].

В современных отечественных исследованиях также подчеркивается значимость использования игровых и соревновательных методов в процессе физического воспитания. Так, по данным Н.В. Кузьминой, применение активных педагогических технологий способствует повышению интереса учащихся к занятиям спортом и росту их вовлеченности в учебно-тренировочный процесс [6]. Аналогично, исследования А.А. Леонтьева показывают, что развитие мотивации школьников эффективно осуществляется при условии создания эмоционально насыщенной и личностно значимой образовательной среды [7].

Таким образом, проведенный анализ позволяет сделать вывод о том, что формирование мотивации школьников к высоким спортивным достижениям является сложным, многофакторным процессом, требующим системного педагогического подхода и сочетания различных методов обучения и воспитания.

В целом цель исследования достигнута, поставленные задачи выполнены, а анализ научных источников подтвердил эффективность выбранного направления работы.

Статья подготовлена в рамках выпускной квалификационной работы на тему «Подготовка будущих педагогов и разработки программы формирования мотивации учащихся к высоким спортивным достижениям, утвержденной приказом ректора Карагандинского университета Казпотребсоюза».

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2016.
2. Лях В.И. Теория и методика физической культуры. – М.: Просвещение, 2018.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Спорт, 2017.
4. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех. – М.: Физкультура и спорт, 2015.
5. Выготский Л.С. Педагогическая психология. – М.: АСТ, 2019.
6. Кузьмина Н.В. Педагогическая психология. – М.: Высшая школа, 2018.
7. Леонтьев А.А. Психология мотивации учебной деятельности. – М.: Просвещение, 2020.

 МРНТИ 77.01.39

ЗИЯТКЕРЛІК ОЙЫН АРҚЫЛЫ ШЫҢДАЛҒАН ОЙ - РУХАНИ КЕМЕЛДЕНУДІҢ БАСТАУЫ

Меруерт Мадикеновна Мадикенова, «Қарлығаш» бөбекжайы КМҚК-ның директоры, 3-санатты басшы, Қарағанды қ.

 **Аңдатпа:** Бұл мақалада мектепке дейінгі жастағы балалардың танымдық қабілетін ұлттық «Бестемше» ойыны арқылы дамытудың тиімді жолдары қарастырылған. Автор балабақша жағдайында зияткерлік ойындарды қолданудың тәрбиелік маңызын, оның баланың рухани кемелденуіне және логикалық ойлау жүйесін қалыптастыруға әсерін өз тәжірибесі негізінде талдайды. Мақалада «Бестемше» ойынының заманауи түрлендірілген үлгілері мен олардың практикалық нәтижелері сипатталған.

 **Түйін сөздер:** мектепке дейінгі тәрбие, Бестемше ойыны, зияткерлік даму, рухани кемелдену, ұлттық құндылықтар, логикалық ойлау.

МЫСЛЬ, ЗАКАЛЕННАЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ ИГРОЙ, ЯВЛЯЕТСЯ НАЧАЛОМ ДУХОВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Мадикенова Меруерт Мадикеновна, директор КГКП ясли-сад «Карлыгаш», руководитель 3 категории, г. Караганда.

 **Аннотация:** В данной статье рассмотрены эффективные способы развития познавательных способностей детей дошкольного возраста с помощью национальной игры «Бестемше». Автор анализирует воспитательное значение использования интеллектуальных игр в условиях детского сада, его влияние на духовное совершенствование ребенка и формирование логического мышления на основе собственного опыта. В статье описаны современные модифицированные модели игры «Бестемше» и их практические результаты.

 **Ключевые слова:** дошкольное воспитание, пятидневная игра, интеллектуальное развитие, духовное совершенствование, национальные ценности, логическое мышление.

A THOUGHT TEMPERED BY INTELLECTUAL PLAY IS THE BEGINNING OF SPIRITUAL PERFECTION

Meruyert Madikenovna Madikeno, director of the Kscp «Karlygash» nursery school, head of the 3rd category, Karaganda city.

 **Abstract:** this article discusses effective ways to develop the cognitive abilities of preschool children through the national game «Bestemshe». The author analyzes on the basis of his own experience the educational significance of the use of intellectual games in the conditions of kindergarten, its influence on the spiritual maturity of the child and the formation of a logical thinking system. The article describes modern modified models of the game «Bestemshe» and their practical results.

 **Keywords:** preschool education, Bestemshe game, intellectual development, spiritual maturity, national values, logical thinking.

Зерттеудің өзектілігі: Қазіргі жаһандану заманында балалардың бос уақытын гаджеттер мен виртуалды әлем жаулап алып жатыр. Сол үшін болашақ ұрпақтың ой-өрісін дамыту, оларды ұлттық рухта тәрбиелеу және сабырлылық пен тапқырлыққа баулу мәселесі өзекті болып тұр. Ұлттық зияткерлік ойындарды мектепке дейінгі тәрбие мен оқыту процесіне енгізу – баланы рухани дағдарыстан қорғаудың және оның танымдық қабілетін дамытудың басты құралы болып табылады.

Зерттеудің мақсаты: «Бестемше» ұлттық ойыны арқылы мектепке дейінгі жастағы балалардың логикалық ойлауын, есептеу дағдыларын және рухани-адамгершілік қасиеттерін кешенді түрде дамыту.

Зерттеу әдістері: Зерттеу барысында педагогикалық бақылау, ойын технологияларын талдау, практикалық модельдеу (ойынды түрлендіру) және нәтижелерді салыстырмалы түрде бағалау әдістері қолданылды.

Бала табиғатынан қозғалыс пен ізденіске құмар. Ахмет Байтұрсынұлы атап өткендей, ойын – баланың өміріндегі ең маңызды іс. Сондықтан, біздің «Қарлығаш» бөбекжайымызда 2023 жылдан бастап ұлттық «Бестемше» ойынын дамытуға ерекше көңіл бөлінуде.

Мектепке дейінгі кезең – адам тұлғасының іргетасы қаланатын маңызды уақыт. Бұл кезде бала айналаны ойын арқылы таниды. Ойын – баланың алдынан өмір есігін ашып, шығармашылық қабілетін оятатын құдіретті күш. Зияткерлік ойындар, әсіресе қазақ халқының ұлттық мұрасы – «Бестемше» ойыны баланың тек ақылын ғана емес, ішкі рухани әлемін де тәрбиелейді.

«Қарлығаш» бөбекжайының тәжірибесінде 2023 жылдан бастап «Бестемше» ойынын ұйымдастыруға басымдық берілді. Бұл ойын – қазақ халқының математикалық ойлау мәдениетінің шыңы.

Зияткерлік әсер: Ойын барысында балалар есептің төрт амалын (қосу, алу, көбейту, бөлу) ойын түрінде меңгереді. Саусақ ұштарымен ұсақ тастарды қозғау арқылы мидың белсенді нүктелеріне әсер етіп, сөйлеу мен ойлауды жеделдетеді және дамытады.

Рухани тәрбие: «Бестемше» – сабырдың мектебі. Бала қарсыласын сыйлауға, өз кезегін күтуге, әділ жеңіске жетуге дағдыланады. Бұл қасиеттер қазіргі қоғамға қажетті «кемел адам» бейнесін қалыптастырады.

Инновациялық бағыт: Тәжірибе барысында біз ойынның мазмұнын байыту мақсатында бірнеше түрлендірілген модельдерді жасап шықтық:

- **«Садақ ату бестемшесі» – мергендік пен есепті ұштастырады.**
- **«Робот бестемше» – заманауи технологиялармен сабақтастық.**
- **«Асық бестемше» – ұлттық нақышты тереңдету.**

«Қарлығаш» бөбекжайында «Бестемше» ойыны тек классикалық тақтамен шектелмей, баланың қызығушылығын арттыру үшін заманауи және ұлттық

компоненттермен байытылды.

«Садақ ату бестемшесі» - мергендік пен математикалық стратегияны үйрету.

Бұл ойын баланың кеңістікті бағдарлауын және жалпы моторикасын дамытуға арналған.

Ойын шарты: Еденге немесе қабырғаға арнайы «Бестемше» ұяшықтары бейнеленген нысана қойылады. Әр ұяшықтың өз ұпайы немесе ішінде белгілі бір сан бар. Бала садақпен (қауіпсіз жұмсақ оқтармен) нысананы көздейді.

Ойнау тәртібі: Бала тигізген ұяшықтағы санға байланысты «Бестемше» тақтасындағы тастарын жылжытады. Мысалы, 5-тік ұяшыққа тигізсе, өз отауындағы 5 тасты көрші отауларға таратады.

Тиімділігі: Бала мергендікке машықтанып қана қоймай, көзбен мөлшерлеу және алған ұпайын ойын тақтасындағы стратегиямен ұштастыруды үйренеді.

«Робот бестемше» - цифрлық сауаттылық пен алгоритмдік ойлауға үйрету.

Бұл ойын STEM технологиясын қолдану арқылы баланың техникалық ойлау қабілетін қалыптастырады.

Ойын шарты: Ойын алаңында арнайы бағдарламаланатын роботтар қолданылады. «Бестемше» тақтасы үлкен макет түрінде еденге жайылады.

Ойнау тәртібі: Бала роботқа белгілі бір бағытты (алға, оңға, солға) бағдарламалап, оны қажетті «отауға» жеткізуі тиіс. Робот қай отауға тоқтаса, бала сол жердегі логикалық есепті шешеді немесе тастарды ереже бойынша қозғалтады.

Тиімділігі: Бала алгоритм құруды, бағдарламалаудың алғашқы қадамдарын және кеңістіктегі бағыттарды нақты меңгереді. Бұл – цифрлық ұрпақ үшін дәстүр мен технологияның керемет синтезі.

«Асық бестемше» - этнопедагогикалық интеграция.

Бұл ойын ұлттық құндылықтарды тереңірек сіңіруге және тактильді (сипап-сезу) қабілетін арттыруға бағытталған.

Ойын шарты: Мұнда «Бестемше» ойынының дәстүрлі тастарының орнына түрлі-түсті боялған асықтар қолданылады.

Ойнау тәртібі: Ойын ережесі классикалық «Бестемшемен» бірдей, бірақ қосымша «сақа» элементі енгізіледі. Ойыншы өз кезегінде сақаны иіріп, оның түсуіне байланысты (алшы, тәйке, бүк, шік) қосымша мүмкіндіктер алады. Мәселен, «алшы» түссе – қарсыластың отауынан бір тасты артық алу немесе жүрісті қайталау құқығы беріледі.

Тиімділігі: Асықты ұстау ұсақ саусақ моторикасына өте пайдалы, ал асық иіру сәті балада толқыныс пен ойынға деген құштарлықты оятып, ұлттық нақышты сезіндіреді.

Осы үш жаңартылған ойын арқылы біз «Бестемшені» жай ғана үстел ойынынан нағыз интерактивті даму орталығына айналдырдық. Бұл ойындар жиынтығы баланың зердесін шыңдап, оны рухани кемелденудің жаңа белестеріне жетелейді.

Инновациялық әдіс-тәсілдерді енгізу нәтижесінде балалардың бойында келесі даму деңгейлерінің оң динамикасын байқадық:

«Робот бестемше» ойыны балалардың танымдық және зияткерлік даму деңгейі жаңа сатыға көтерілді:

Алгоритмдік ойлау: Балалар әрекеттердің реттілігін құруды (алдымен бағдарламалау, сосын нәтиже алу) меңгерді. Бұл логикалық ойлаудың жүйелілігін 35-40%-ға арттырды.

Математикалық сауаттылық: Амалдарды (қосу, алу) қағазда емес, ойын алаңында іс жүзінде қолдану арқылы балалардың сан сауаттылығы мен есептеу жылдамдығы

едәуір жоғарылады.

Кеңістікті бағдарлау: Оң, сол, алға, артқа бағыттарын нақты ажырату және нысанаға бағыт алу дағдылары қалыптасты.

«Садақ ату бестемшесі» ойынында балалардың физикалық және психомоторлық даму деңгейіде жақсы көрсеткіштерді көрсетті.

Дене белсенділігі мен ой еңбегін ұштастыру келесі нәтижелерді берді:

Көз бен қолдың тепе-теңдігі: Садақпен нысана көздеу барысында баланың көру қабілеті мен қол қимылының дәлдігі (сенсомоторика) қалыптасты.

Төзімділік пен зейін тұрақтылығы: Нысанаға тигізу үшін баладан зейіннің жоғары шоғырлануы талап етіледі. Бұл балалардың бір іске зейін қою уақытын 15-20 минутқа дейін ұзартты.

Жалпы және ұсақ моторика: Садақ тарту мен тастарды отауларға тарату әрекеттері саусақ бұлшықеттері мен жалпы дене қимылын нығайтты.

«Асық бестемше» ойынында балалардың рухани-эмоционалдық және әлеуметтік даму деңгейі көтерілді.

Ұлттық нақыштағы бұл бағыт баланың тұлғалық кемелденуіне тікелей әсер етті:

Эмоционалдық интеллект: «Бестемше» - сабырдың мектебі. Балалар жеңілісті абыроймен қабылдауды, қарсыласына құрмет көрсетуді және өз кезегін күтуді үйренді. Бұл ұжымдағы агрессия деңгейін төмендетіп, достық қарым-қатынасты нығайтты.

Ұлттық бірегейлік: Асық иіру және ұлттық ойын ережелерін меңгеру арқылы балалардың өз мәдениетіне деген мақтаныш сезімі оянып, рухани танымы кеңейді. Ерік-жігер сапалары: Мақсатқа жету жолындағы талпыныс пен қиындықтарды жеңуге деген құштарлық (өзіне деген сенімділік) арта түсті.

Бұл әдістеме халықаралық деңгейде де қызығушылық тудырды. Түркияның Анкара қаласында өткен семинарда біздің тәжірибеміз оң бағасын алып, ұлттық ойынның әлемдік педагогикалық кеңістіктегі орны айқындалды.

Жүргізілген жұмыстардың нәтижесінде балалардың зейін тұрақтылығы 40%-ға, логикалық есептеу жылдамдығы 35%-ға артқаны байқалды. Балалардың өз бетінше шешім қабылдау деңгейі жоғарылап, топтық жұмыстағы ауызбіршілігі нығайды. Ең бастысы – балалардың бойында ұлттық ойынға деген сүйіспеншілік пен мақтаныш сезімі қалыптасты.

Мектепке дейінгі тәрбие мен білім беру жүйесінде ұлттық құндылықтарды инновациялық технологиялармен ұштастырудың маңызы зор екеніне көз жеткіздік. Ғұлама Әбу Насыр әл-Фарабидің «Тәрбиесіз берілген білім – адамзаттың қас жауы» [4] деген тұжырымы бүгінгі жаһандану дәуірінде аса өзектілікке ие. Біз ұсынған «Бестемше» ойынының модификацияланған үлгілері баланың тек ақыл-ойын ғана емес, сонымен бірге оның рухани-адамгершілік келбетін қалыптастырудың негізгі тетігіне айналды.

Зерттеу нәтижесінде «Садақ ату», «Робот» және «Асық» бестемшелері арқылы балалардың алгоритмдік ойлау қабілеті артып, сезім мен зейін тұрақтылығы жаңа белеске көтерілді. Бұл үдеріс баланың бойындағы сабырлылық пен парасаттылықты оятып, оны болашақ кемел тұлға деңгейіне жетелейді. Ахмет Байтұрсынұлы айтқандай, ойын – бала өмірінің нәрі [3], ал сол нәріміз ұлттық тамырдан сусындағанда ғана өміршең болмақ.

Қорытындылай келе, зияткерлік ойынмен сусындаған сәбидің ойы ұшқыр, рухы биік болады. Біздің «Қарлығаш» бөбекжайының бұл тәжірибесі — ұлттық брендті әлемдік педагогикалық кеңістікке шығарудың және «сегіз қырлы, бір сырлы» қазақ баласын тәрбиелеудің жарқын үлгісі. Болашақ қайраткерлердің зияткерлік жолы осы кішкентай ұяшықтар мен асыл тастардан бастау алып, ұлттық мақтаныш пен рухани кемелдікке ұласа бермек.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕККӨЗДЕРДІҢ ТІЗІМІ:

1. Назарбаев Н.Ә. Болашаққа бағдар: рухани жаңғыру. – Астана: Ақорда, 2017.
2. Әуезов М.О.Тәрбие көзі – өнер. – Алматы: Жазушы, 1989.
3. Байтұрсынұлы А. Тіл тағылымы. – Алматы: Ана тілі, 1992. – 448 б.
4. Әл-Фараби, Әбу Насыр. Әлеуметтік-этикалық трактаттар. – Алматы: Ғылым, 1975.
5. Ермеков А. Қазақтың ұлттық зияткерлік ойындары: «Бестемше» тарихы мен ережесі. – Нұр-Сұлтан, 2020



МРНТИ 77.29.30

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИГРЫ КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Холупенко Владимир Николаевич, учитель физической культуры, педагог-исследователь, КГУ «Гимназия № 24 отдела образования города Тараз управления образования акимата Жамбылской области»

Аннотация: В статье рассматривается организация внеурочной деятельности учащихся 5-х классов с особыми образовательными потребностями посредством изучения национальных игр. Показана роль сочетания интеллектуальных и подвижных казахских национальных игр в развитии физических качеств, логического мышления и коммуникативных навыков школьников. Отмечается, что использование национальных игр способствует укреплению здоровья, повышению мотивации к занятиям физической культурой и формированию интереса к национальной культуре.

Ключевые слова: национальные игры, внеурочная деятельность, патриотизм, особые образовательные потребности, физическое развитие, интеллектуальное развитие.

ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАР ОҚУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ ҚАСИЕТТЕРІ МЕН ЛОГИКАЛЫҚ ОЙЛАУЫН ДАМУЫ ҚҰРАЛЫ РЕТІНДЕ

Холупенко Владимир Николаевич, «Жамбыл облысы әкімдігінің білім басқармасы Тараз қаласының білім бөлімінің № 24 гимназиясы» КММ-нің дене шынықтыру пәнінің мұғалімі, педагог-зерттеуші, Тараз қ.

Аңдатпа: Мақалада ерекше білім беру қажеттіліктері бар 5-сынып оқушыларының ұлттық ойындарды меңгеру арқылы сыныптан тыс іс-әрекетін ұйымдастыру мәселесі қарастырылады. Қазақтың зияткерлік және қимыл-қозғалыс ұлттық ойындарын үйлестіріп қолданудың оқушылардың дене қасиеттерін, логикалық ойлауын және коммуникативтік дағдыларын дамытудағы рөлі көрсетілген. Ұлттық ойындарды қолдану оқушылардың денсаулығын нығайтуға, дене шынықтыруға деген қызығушылығын арттыруға және ұлттық мәдениетке құрмет қалыптастыруға ықпал етеді.

Түйін сөздер: ұлттық ойындар, сыныптан тыс іс-әрекет, патриотизм, ерекше білім беру қажеттіліктері, дене дамуы, зияткерлік даму, ұлттық спорт түрлері.

NATIONAL GAMES AS A TOOL FOR DEVELOPING PHYSICAL QUALITIES AND LOGICAL LEARNER THINKING

Kholupenko Vladimir Nikolaevich, physical education teacher, research teacher, KSU «Gymnasium No. 24 of the Taraz City Education Department of the Education Department of the Akimat of the Zhambyl Region» Taraz, Republic of Kazakhstan

 **Abstract:** The article examines the organization of extracurricular activities for 5th grade students with special educational needs through the study of national games. The role of combining intellectual and active Kazakh national games in the development of physical abilities, logical thinking, and communication skills of schoolchildren is highlighted. The use of national games contributes to improving students' health, increasing motivation for physical activity, and fostering interest in national culture.

 **Keywords:** national games, extracurricular activities, patriotism, special educational needs, physical development, intellectual development.

Введение. Современная система образования Республики Казахстан ориентирована на всестороннее развитие личности ребёнка, формирование здорового образа жизни и создание условий для успешной социализации обучающихся. Одним из эффективных средств достижения этих целей является организация внеурочной деятельности, которая позволяет расширить образовательное пространство школы и обеспечить развитие различных способностей учащихся.

Особое значение приобретает организация занятий для детей с особыми образовательными потребностями. Для данной категории учащихся важно создание образовательной среды, учитывающей их индивидуальные возможности, способствующей развитию уверенности в собственных силах и успешной адаптации в коллективе.

Целью исследования стало вовлечение детей с ООП в физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность.

Актуальность исследования заключается в приобщении детей с особыми образовательными потребностями (ООП) к спортивной внеурочной деятельности, популяризации национальных видов спорта, удовлетворении как физических, так и интеллектуальных потребностей обучающихся, повышении их собственной самооценки и создании условий для их успешной социальной адаптации.

Уже не первый год в Казахстане поднимается вопрос избыточного веса, нарушения зрения, сердечно-сосудистых заболеваний, опорно-двигательного аппарата у детей, эмоциональной возбудимости у учащихся, социальной уязвимости. Факторами возникновения данной проблемы являются: малоподвижный образ жизни, неправильное питание, повышенная зрительная нагрузка, врожденные патологии, неблагоприятные семейные условия, негативный опыт общения (конфликты с друзьями или одноклассниками).

Зачастую, дети, имеющие какие-либо временные или постоянные проблемы со здоровьем, неохотно посещают спортивные кружки, в которых требуется физическая активность учащихся. Возникает боязнь сложностей, проигрыша, быть слабым звеном в команде, насмешек других учащихся. Задачей педагога, в первую очередь, является определение физиологических особенностей и возможностей детей, формирование основных знаний и навыков, сохранение работоспособности и учебной мотивации учащихся, развитие и повышение уровня физической подготовленности школьников. Поскольку физически развитый ребёнок – это залог психологической и эмоциональной уравновешенности, подвижности, возрастного динамического развития, правильной гигиены и питания учащегося.

Курс рассчитан на 68 академических часов для учащихся 5-х классов в возрасте 11-12 лет. Занятия проводились 2 раза в неделю по 1 академическому часу с чередованием (через одно занятие) интеллектуальной и физической активности. Первый тип занятий был направлен на развитие интеллектуальных способностей учащихся посредством национальной игры тоғызқұмалақ. Вторым типом занятий предусматривалось развитие физических качеств обучающихся с

использованием национальных подвижных игр, таких как арқан тартыс, асық ату и бес асық.

Исследование проводилось на базе кружка. Группа включала как детей с нормотипичным развитием, так и обучающихся с особыми образовательными потребностями. В ходе педагогической деятельности осуществлялась работа с детьми, имеющими различные особенности развития и состояния здоровья, в том числе: нарушения речевого аппарата, избыточную массу тела, заболевания опорно-двигательного аппарата (болезнь Осгуда-Шляттера), а также с детьми из социально - уязвимых слоёв населения.

Для достижения поставленной цели исследования были применены такие методы, как наблюдение, беседа, тестирование, оценка по шкале, анализ качества выполнения упражнений, обработка полученных данных.

На первом этапе исследования была проведена оценка физических, интеллектуальных, личностных и социальных показателей учащихся по 5-ти балльной шкале, где 1 – низкий уровень развития, 2 – ниже среднего, 3 – средний, 4 – выше среднего, 5 – высокий уровень развития. Критерии оценивания:

1. Физическое развитие.

Оценка физических показателей учащихся проводится по следующим критериям:

- Выносливость – способность ребёнка выполнять упражнения или участвовать в подвижных играх длительное время без усталости.
- Сила и ловкость – умение выполнять силовые, координационные и акробатические упражнения с точностью и правильной техникой.
- Координация и гибкость – способность точно выполнять движения, сохранять равновесие, владеть гибкостью тела.

2. Интеллектуальное развитие.

Оценка интеллектуальных навыков учащихся проводится по следующим критериям:

- Внимание – способность сосредотачиваться на выполнении задания, удерживать внимание на процессе игры.
- Память – способность запоминать правила игры, последовательность действий и стратегии.
- Логическое мышление – умение анализировать ситуацию, выявлять закономерности, принимать обоснованные решения.

3. Личностные и социальные навыки.

Оценка личностных и социальных качеств учащихся проводится по следующим критериям:

- Командная работа – умение сотрудничать с другими участниками, помогать, поддерживать и договариваться в команде.
- Уверенность в себе – проявление инициативы, самостоятельности, готовность пробовать новые задания.
- Самоконтроль и дисциплина – способность соблюдать правила, контролировать эмоции, выполнять задания аккуратно и ответственно.
- Настойчивость и преодоление трудностей – умение доводить задание до конца, преодолевать ошибки и трудности.
- Интерес к национальной культуре – проявление уважения и интереса к традициям, национальным играм и культурным ценностям.

Курс включает практическую и теоретическую подготовку, развитие специальных физических и интеллектуальных навыков, технико-тактическую и психологическую подготовку, инструкторскую и судейскую деятельность, а также самостоятельную работу обучающихся.

В процессе обучения учащихся применялись упражнения, направленные на развитие внимания, точности, логического и стратегического мышления, памяти, аналитических способностей, а также умения прогнозировать возможные игровые ситуации и принимать оптимальные решения. В качестве средств обучения использовались онлайн-игры «Пятнашки», «TogyzQumalag Online», а также логические задачи, направленные на пространственное мышление.

В процессе исследования применялись упражнения на развитие физических качеств учащихся, подобранные с учётом их индивидуальных особенностей и физической подготовленности (схема 1,2).

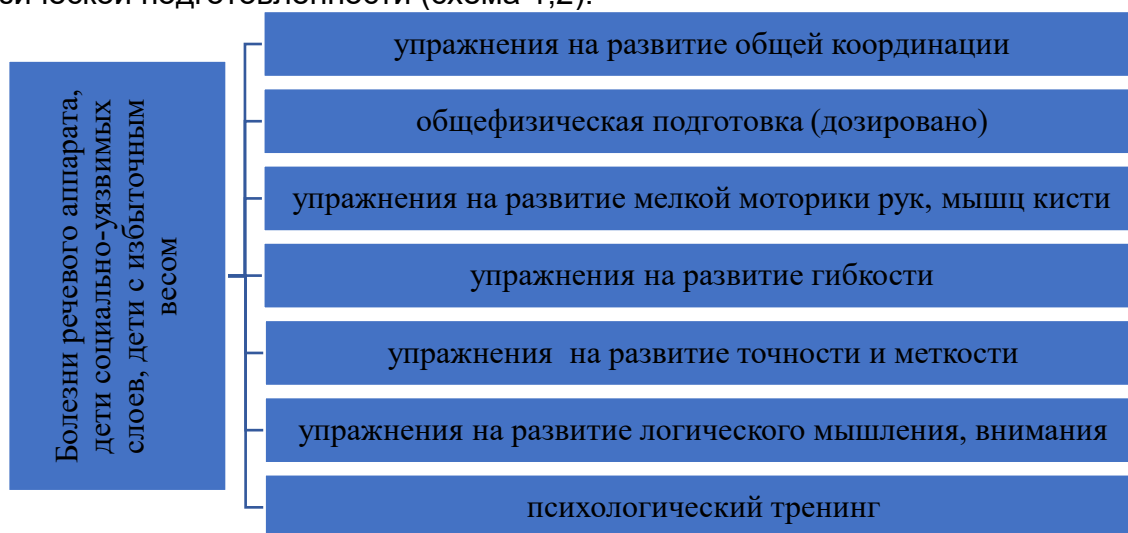


Схема 1. Упражнения при болезнях речевого аппарата, детей социально-уязвимых слоев, детей с избыточным весом.

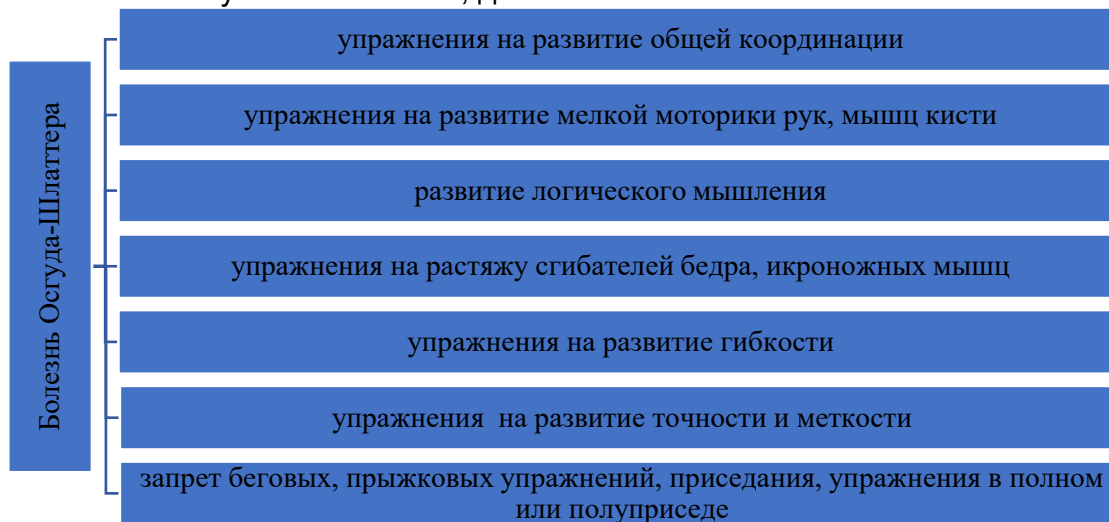


Схема 2. Упражнения при болезни Осгуда - Шляттера.

На заключительном этапе исследования также была проведена оценка показателей учащихся. Результаты представлены в Графиках 1, 2, 3.

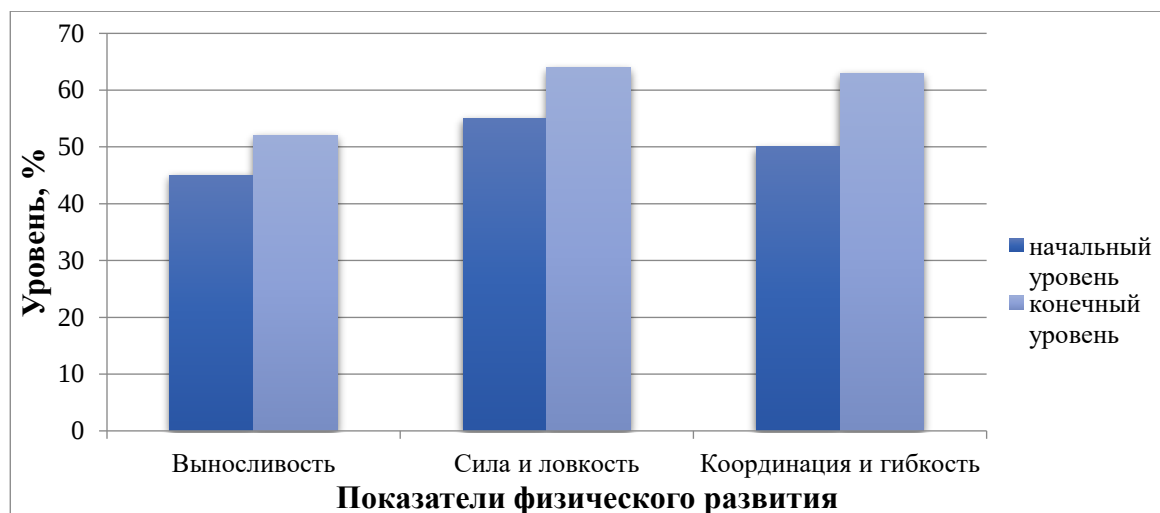


График 1. Динамика физического развития учащихся (%)

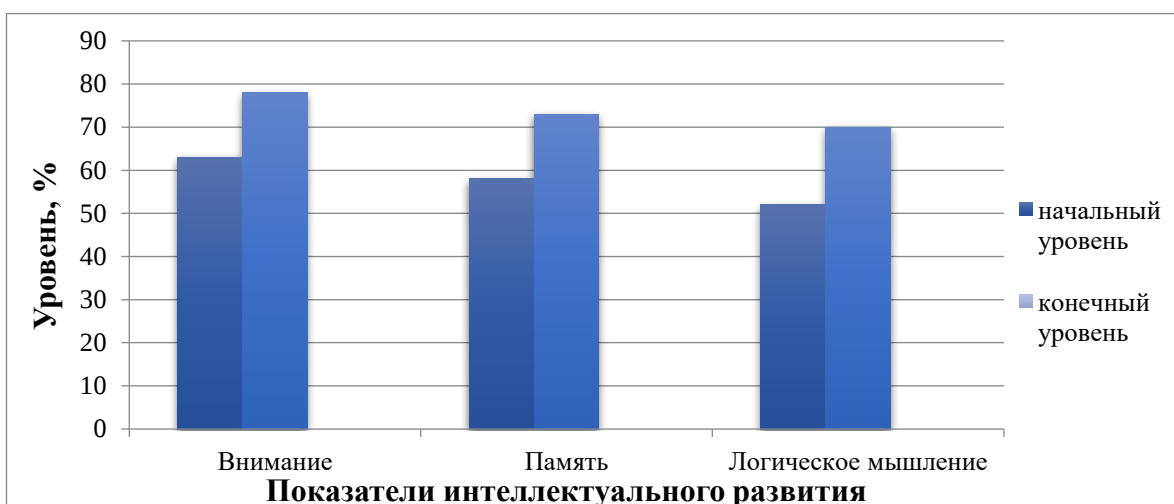


График 2. Динамика интеллектуального развития учащихся (%)

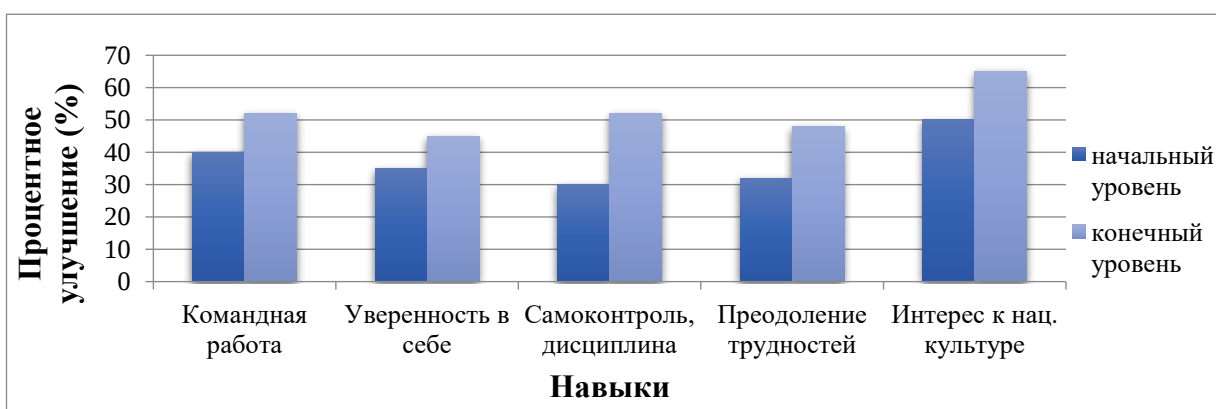


График 3. Процентное улучшение личностных и социальных навыков (%)

Выводы по результатам.

Проведённое исследование показало, что чередование занятий интеллектуальной и физической активности с использованием национальных игр для детей с ООП способствует комплексному развитию личности.

В результате были отмечены положительные изменения в уровне когнитивных и физических способностей учащихся, а также в развитии их личностных и социальных навыков, что положительно сказалось на их социальной адаптации.

Повысилась посещаемость занятий, что свидетельствует о росте мотивации и вовлечённости обучающихся. Отмечено улучшение психозмоционального состояния детей: повысилась самооценка, укрепилась уверенность в себе, активнее формируются коммуникативные навыки.

Кроме того, учащиеся стали принимать участие в городских соревнованиях, что отражает повышение их активности, уверенности и успешную интеграцию в коллектив.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Акшураев А. Тогыз кумалак: (учеб. пособие): пер. с каз. – Алма-Ата, Жалын, 1983. - 173с.
2. Галимова Л. А. Теория и методика физического воспитания школьников. Уфа: Башкирский государственный университет, 2021.
3. Мальков, А. В. Инклюзивное образование и физическая культура: подходы и методики. Астана: Республикалық баспа, 2022
4. Медведев, А. А. Использование технологий в физической культуре: новые возможности для педагогов, Алматы: Дәуір, 2021.
5. Рахметова Г.О. Здоровьесберегающие технологии в физической культуре, Алматы: Қазақ университеті, 2020
6. Смирнов В.С. Инновационные методы в образовательном процессе физической культуры, Астана: Астана-пресс, 2018.
7. Таникеев М.Т. Казахские национальные виды спорта и игры – Алма-Ата: Казгосиздат, 1957. - 60 с.



МРНТИ 77.29.30

ЭТНОСПОРТ И БЕЗОПАСНОСТЬ, АНАЛИЗ ТРАВМАТИЗМА И ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В КОКПАРЕ

Устемиров Бейбит Талимович, докторант по образовательной программе «Физическая культура и спорт» КазНУ имени аль-Фараби, г. Алматы.

Алимханов Елемес, доктор педагогических наук, профессор кафедры «Физического воспитания и спорта», факультет медицины и здравоохранения, КазНУ имени аль-Фараби, г. Алматы.

Аннотация: В последние годы традиционный конный спорт в тюркских странах получает международное признание, в частности соревнования по кокпар. В рамках данной работы проведён анализ травмоопасных игровых эпизодов и возможностей применения цифровых технологий для повышения безопасности участников и лошадей. Использованы видеоматериалы соревнований и экспертная оценка игровых ситуаций. Выявлены ключевые факторы риска травматизма и предложены организационно-технические меры их минимизации. Рассмотрены возможности применения систем видеофиксации, носимых датчиков и мониторинга нагрузки для предотвращения травм и повышения объективности судейства. На основе результатов исследования были подготовлены рекомендации по улучшению инфраструктуры соревнований и правил игры. Это поможет сделать их более согласованными и внедрить современные технологии в практику конно-спортивных мероприятий.

Ключевые слова: кокпар, этносport, безопасность игр, цифровые технологии в спорте, безопасность животных.

КӨКПАР СПОРТЫНДАҒЫ ЭТНОСПОРТ, ҚАУІПСІЗДІК МӘСЕЛЕЛЕРІ, ЖАРАҚАТТАНУДЫ ТАЛДАУ ЖӘНЕ ЦИФРЛЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ҚОЛДАНУ

Устемиров Бейбіт Талимұлы, Өл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті «Дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының докторанты

Алимханов Елемес

Педагогика ғылымдарының докторы, профессор, Өл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті Медицина және денсаулық сақтау факультетінің «Дене тәрбиесі және спорт» кафедрасы, Өл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қаласы, Қазақстан.

Аңдатпа. Соңғы жылдары дәстүрлі ат спорты, әсіресе кокпар жарыстары түркі елдерінде халықаралық танымалдыққа ие болуда. Аталған жұмыста ойын эпизодтарындағы жарақат алу қаупі және қатысушылар мен жылқылардың қауіпсіздігін арттыруға арналған цифрлық технологияларды қолдану мүмкіндіктері талданды. Зерттеу үшін жарыстардың бейнематериалдары және ойын жағдайларын сараптамалық бағалау қолданылды. Жарақат алу қаупін тудыратын негізгі факторлар анықталып, оларды азайтуға арналған ұйымдастырушы-

техникалық шаралар ұсынылды. Видео жазу жүйелері, киілетін датчиктер және жүктемені мониторингтеу жүйелерін қолдану арқылы жарақаттардың алдын алу және төрешіліктің объективтілігін арттыру мүмкіндіктері қарастырылды. Зерттеу нәтижелері негізінде жарыстардың инфрақұрылымы мен ойын ережелерін жетілдіруге арналған ұсыныстар әзірленді. Бұл ережелерді үйлестіруге және заманауи технологияларды ат спорты практикасына енгізуге көмектеседі.

 **Түйін сөздер:** көкпар, этноспорт, ойын қауіпсіздігі, спорттағы цифрлық технологиялар, жануарлар қауіпсіздігі.

ETHNOSPORT AND SAFETY IN KOKPAR, ANALYSIS OF INJURY RATES AND THE APPLICATION OF DIGITAL TECHNOLOGIES

Ustemirov Beybit Talimovich, PhD Student of Educational Program «Physical Culture and Sport» of the Al-Farabi Kazakh National University

Alimkhanov Yelemes, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor in the Department of Physical Education and Sports, Faculty of Medicine and Healthcare, Al-Farabi Kazakh National University Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan.

 **Abstract:** In recent years, traditional equestrian sports in Turkic countries have gained international recognition, particularly in kokpar competitions. This study analyzed injury-prone game episodes and the potential application of digital technologies to enhance the safety of participants and horses. Video recordings of competitions and expert assessments of game situations were used. Key risk factors for injuries were identified, and organizational and technical measures to minimize them were proposed. The possibilities of using video recording systems, wearable sensors, and load monitoring to prevent injuries and improve judging objectivity were considered. Based on the research results, recommendations were developed to improve competition infrastructure and game rules. This will help harmonize the rules and integrate modern technologies into equestrian sports practice.

 **Keywords:** kokpar, ethnosport, game safety, digital technologies in sport, animal welfare.

Введение. Одним из видов состязаний тюркских народов является традиционный вид спорта - кокпар. Можно заметить старания профессиональных сообществ и исследователей по приданию данному виду спорта международный и узнаваемый характер. Проводятся исследования и работы по гуманизации, гармонизации правил игры и повышению безопасности проведения игр.

Исследованием данной тематики занимались такие ученые как О. Каратаев, З. Мурзалиева, М. Туркмен, Д. Солтатов, С. Нуралиева; Б. Калмыков, Чон-Сун Ким, А. Вильчевский, К. Кремлер и другие. Их работы раскрыли историко-культурное значение, а также основные правила игры. Существенный вклад в систематизацию знаний о кокпаре внесло издание Национальной ассоциации спорта Республики Казахстан, в котором представлено комплексное описание правил и особенностей игры. Системные исследования, посвященные безопасности проведения соревнований по кокпару почти не проводились, поэтому настоящая работа имеет особую актуальность [1].

Кокпар – командная игра, в которой результат зависит как от действий всадника, так и от возможностей лошади. Лошади с древних времён использовались как в военных целях, так и в хозяйственной деятельности. У тюркских народов лошадь традиционно рассматривалась как друг человека и

почиталась как священное животное. Она характеризуется как умное и чистое животное, выступает символом и олицетворяет грацию, чистую силу и другие значимые качества. Командный характер кокпара делает игру более привлекательной и усложняет взаимодействие между игроками.

В настоящий момент цифровые технологии стремительно развиваются: камеры наблюдения, дроны, инструменты оценки физического состояния спортсменов и животных и другое.

В странах, где развит кокпар, играют на разных уровнях – начиная от сел до республиканского уровня. Различия в развитии кокпара в разных странах показывают необходимость создания средних и общепринятых условий. Анализируя протоколы игр, можно заметить огромные отрывы в итоговых счетах команд - 14:2, 15:1, 18:2 [2]. Казахи и кыргызы играют с молодости, а в некоторых аулах играют в тай кокпар даже с детства. Об этом писал А. Токтабай «Казахи с малых лет учат детей премудростям кокпара. В 5-10 летнем возрасте мальчики верхом на телятах играют в кокпар, раздирая бараньи и козлиные шкуры» [3].

Кокпар развивает дух и физику, понимание командной игры, стойкость, храбрость и другие качества. В этой игре важна не только физическая подготовка наездника, но и физические, возрастные характеристики лошади и их симбиоз. Лошадь является очень чувствительным животным, и включение в игру требует основательной подготовки.

Целью исследования является разработка комплекса организационно-технических мер по повышению безопасности участников и лошадей. Обоснование предложенных решений опирается на анализе травмоопасных игровых эпизодов и оценку использования цифровых технологий мониторинга и видеофиксации.

Задачи исследования:

Проанализировать травмоопасные игровые ситуации в соревнованиях по кокпару на основе экспертной оценки и видеоматериалов.

Выявить ключевые факторы риска травматизма спортсменов и лошадей.

Оценить потенциал применения цифровых технологий (видеофиксация, носимые датчики, мониторинг нагрузки) для профилактики травм.

Разработать предложения по совершенствованию технической инфраструктуры соревнований и регламентных механизмов безопасности.

Объект исследования – соревновательный процесс в кокпаре.

Предмет исследования – организационно-технические и технологические факторы, влияющие на уровень травматизма и безопасность участников соревнований по кокпару.

Гипотеза исследования. Внедрение систем видеофиксации, мониторинга физиологической нагрузки и стандартизации условий соревнований может снизить количество травмоопасных игровых эпизодов и повысить объективность судейства в кокпаре.

Материалы и методы. Метод экспертного интервью. Было проведено полуструктурированное интервью с практикующим специалистом по кокпару, имеющим более 10 лет опыта участия в соревнованиях и преподавания. Интервью состояло из 10 вопросов, объединённых в тематические блоки: типы травм, причины травматизма, нарушения правил, условия проведения соревнований и возможности профилактики. Опрос проводился дистанционно через мессенджер, с последующим уточнением отдельных ответов. Полученные данные были проанализированы качественно, с выделением повторяющихся факторов риска.

Метод видеонаблюдательного анализа. Проанализированы видеозаписи соревнований по кокпару из открытых источников. Видеоматериалы исследования составили записи 4 матчей, подвергнутые повторному просмотру и эпизодическому

анализу. Оценивались типы столкновений, плотность взаимодействия участников, состояние покрытия поля, условия видимости и поведенческие реакции спортсменов и лошадей. Травмоопасными считались игровые эпизоды, характеризующиеся одним или несколькими из следующих признаков:

потеря устойчивости всадником или лошадью (резкое изменение траектории движения, подскользывание, вынужденная остановка);

игровая ситуация, сопровождающаяся признаками перегрузки или стрессовой реакции лошади;

эпизоды, требующие вмешательства судей или временной остановки игры.

На основе анализа видеозаписей соревнований и консультаций с экспертами выделялись конкретные факторы, влияющие на травматизм.

Факторы: высокая плотность контакта участников, разный уровень подготовки лошадей, пылеобразование, высокая скорость движения, недостаточный видеоконтроль, недостаточная регламентация нарушений. Подготовлен опросник и направлен для заполнения спортсменам по кокпару. Каждый участник оценивал каждый фактор по двум критериям. Частота проявления, насколько часто этот фактор наблюдается в игре. Тяжесть последствий, насколько серьезными могут быть последствия для спортсмена или лошади (низкая / средняя / высокая).

Для каждого фактора рассчитывалось среднее значение по оценкам всех экспертов.

Метод сравнительно-описательного анализа. Выявленные факторы риска были сопоставлены с возможностями их технологической компенсации, включая системы видеофиксации, носимые устройства мониторинга и техническое оборудование соревновательной площадки.

Аналитический метод. Осуществлено обобщение научных и практических источников по вопросам безопасности в конно-спортивных дисциплинах, физиологии лошадей и цифровизации спортивной подготовки.

Научная новизна. В работе приведена систематизация факторов травматизма в кокпаре, учитывающая особенности взаимодействия спортсмена и лошади во время соревнований. Также предложена модель организационно-технического обеспечения безопасности. Рассмотрена возможность использования цифровых технологий для мониторинга нагрузки и профилактики перегрузок лошадей.

Практическая значимость. Результаты исследования могут быть использованы при разработке регламентов проведения соревнований по кокпару, проектировании спортивной инфраструктуры и внедрении систем мониторинга нагрузки спортсменов и лошадей.

Результаты. В настоящее время в кокпаре отсутствует системная регистрация травматизма, что затрудняет количественную оценку рисков. Вместе с тем данные по конно-спортивной практике показывают высокую распространённость травм у спортивных лошадей. По опубликованным сведениям, травмы различной степени тяжести фиксируются примерно у 40% лошадей, используемых в соревновательной деятельности [4].

По результатам экспертного интервью и видеонаблюдательного анализа установлено, что наиболее тяжёлые травмы участников связаны с падениями во время борьбы за серке и столкновениями лошадей. У спортсменов часто отмечаются повреждения позвоночника, вывихи плечевого пояса и переломы рёбер. Высокие механические нагрузки на поясничный отдел при резких сгибательных движениях в условиях скоростного взаимодействия рассматриваются как значимый фактор риска травм опорно-двигательного аппарата [5].

У лошадей чаще выявляются травмы копыт, растяжения сухожилий и признаки

перегрузки сердечно-сосудистой системы. К основным причинам относятся различия в уровне подготовленности лошадей, неудовлетворительное состояние игрового покрытия и нарушения дисциплины. Существенная часть выявленных травм потенциально предотвратима при усилении регламентных требований и внедрении систем мониторинга нагрузки.

Анализ видеоматериалов показал, что кокпар характеризуется высокой динамикой. Галоп осуществляется со скоростью порядка 35-45 км/ч, в кратковременных спринтах – до 50-60 км/ч. Смена направления движения происходит в пределах 1-2 с. Указанные параметры подтверждают высокоскоростной характер вида спорта и обосновывают необходимость применения средств видеофиксации и мониторинга физиологической нагрузки.

Также обнаружена проблема качества покрытия поля. Соревнования чаще всего проходят на естественном грунте, и при высокой плотности взаимодействия появляется пыль, которая ухудшает видимость и увеличивает риск ошибок при управлении лошадью.

Подготовка лошади к соревнованиям по кокпару обычно занимает 2-3 года при регулярных тренировках. Ежегодные расходы на содержание, ветеринарное обслуживание и тренировки могут составлять несколько миллионов тенге. Подготовка спортсмена до базового соревновательного уровня занимает примерно 1,5 - 2 года и требует развития силовой выносливости мышц ног, поясницы и плечевого пояса, а также координации и баланса.

Еще одним вопросом, обсуждавшимся с экспертом, были наиболее частые нарушения правил: использование плети, умышленные силовые столкновения с соперниками. Основные причины таких нарушений – высокий эмоциональный накал игры и недостаточно строгая реакция судей.

На основе обобщения результатов сформирована система ключевых факторов риска (таблица 1).

Таблица 1 – Факторы риска травматизма в кокпаре и возможности их профилактики (составлено авторами)

Фактор риска	Проявление	Последствия	Технология профилактики
Высокая плотность	Групповая борьба за серке	Падения, столкновения	Многокамерная видеофиксация, видеоповторы
Неоднородность подготовки лошадей	Разный уровень выносливости	Перегрузки, травмы сухожилий	Пульсометры, контроль нагрузки
Пылеобразование на поле	Снижение видимости	Ошибки судей, столкновения	Искусственное покрытие поля
Высокая скорость движения	Быстрая смена направления	Потеря контроля, падения	Видеоанализ эпизодов
Недостаточный регламент нарушений	Повторные силовые действия	Рост травматизма	Ужесточение санкций
Ограниченность обзора судей	Неполная фиксация эпизодов	Субъективность решений	Дроны и панорамные камеры

Для формализации выявленных факторов риска была проведена их

количественная экспертная оценка по значимости и возможной тяжести последствий (таблица 2). Итоговый уровень риска рассчитывался как средневзвешенное значение с учётом частоты проявления каждого фактора.

Таблица 2 – Факторы риска травматизма, частота проявления, тяжесть последствий и интегральный риск (составлено авторами)

Фактор риска	Частота проявления	Тяжесть последствий	Интегральный риск
Высокая плотность контакта участников	средняя	высокая	средний
Неоднородность подготовки лошадей	высокая	высокая	высокий
Пылеобразование и ограниченная видимость	низкая	средняя	низкий
Высокая скорость движения	средняя	высокая	высокий
Недостаточный видеоконтроль	средняя	средняя	средний
Недостаточная регламентация нарушений	средняя	высокая	средний

Результаты оценки показывают, что доминирующими факторами риска являются параметры игровой среды, а не индивидуальные особенности участников.

Обсуждение. Полученные результаты подтверждают, что травматизм в кокпаре носит системный характер и обусловлен сочетанием организационных, технических и физиологических факторов. При этом изменения правил и управленческих практик могут выступать в качестве первичных и наиболее доступных мер профилактики спортивных травм [6].

Одной из ключевых причин травматизма является нарушение правил игры. Эффективная профилактика подобных эпизодов требует совершенствования системы видеоконтроля. В настоящее время на республиканских турнирах камеры, как правило, размещаются вдоль боковых линий и вблизи зон взятия салым, однако существующая схема не обеспечивает полного охвата игровых эпизодов. Из-за высокой динамики игры, проведения соревнований верхом и необходимости фиксировать контакты с разных ракурсов, рекомендуется использовать многоуровневую систему видеонаблюдения.

Для верхней съёмки соревнований рекомендуется использовать дроны. Аэровизуализация расширяет обзор, повышает объективность судейства и способствует популяризации кокпара через медиа и маркетинговые платформы. При этом важно учитывать реакцию лошадей на шум. Оптимальная высота полёта дрона не ниже 20-30 м, продолжительность автономной работы не менее 40 минут и наличие резервного устройства. Технические характеристики видеосъёмки должны обеспечивать разрешение не ниже 4K при частоте 60 кадров в секунду.

Ранее авторами предлагалось оптимальное соотношение длины сторон поля 200x70 метров [7]. Рекомендуется установка 6-8 стационарных камер по периметру: по две на продольных и поперечных сторонах, а также камеры диагонального обзора на высоте 4-5 метров. Минимальные технические требования включают разрешение не ниже Full HD, частоту 50-60 fps, оптическую стабилизацию и

пылезащищённый корпус.

В целях снижения пылеобразования и повышения безопасности предлагается использование искусственного покрытия на основе кварцевого песка, резиновых гранул и органического волокна. Такое покрытие обеспечивает оптимальное сцепление копыт, снижает риск скольжения и уменьшает респираторную нагрузку на животных. Дополнительной мерой безопасности является ограждение игрового поля защитным барьером высотой 1,4-1,6 м из композитных материалов. Повышению безопасности и зрелищности также способствует внедрение видеоповторов, стационарных экранов и онлайн-трансляций.

Наряду с материально-техническими мерами важное значение имеет совершенствование регламентов. Анализ действующих правил показывает наличие санкций за нарушения с использованием плети, однако отсутствует регламентация повторных нарушений. Введение дифференцированной шкалы санкций позволит повысить дисциплинарную эффективность судейства.

Дополнительным направлением профилактики травматизма является мониторинг физиологических нагрузок спортсменов и лошадей. Носимые устройства с оптическими датчиками частоты сердечных сокращений обеспечивают непрерывный контроль функционального состояния в условиях соревнований и тренировок [8]. Использование пульсметров и систем отслеживания двигательной активности позволяет выявлять перегрузки, корректировать тренировочный процесс и предупреждать травмы, обусловленные утомлением или недостаточной подготовкой [9]. Комментаторы игры, а также аналитики могли бы фиксировать, какое расстояние преодолевали игроки. Фиксация владения серке либо муляжом давала бы больше оценки для стратегических планов и оценки. Несмотря на относительную дороговизну на начальном этапе, данные технологии способствуют сохранению здоровья лошадей и предотвращению перегрузок.

Полученные результаты согласуются с положениями теории динамических систем, согласно которой спортивные травмы формируются в результате взаимодействия внутренних факторов (усталость, функциональное состояние), внешних условий (характер покрытия, интенсивность контактов) и недостаточного восстановления [9]. В этой связи оптимизация тренировочного процесса, повышение квалификации тренеров и совершенствование методов подготовки рассматриваются как ключевые элементы профилактики травматизма. Перегрузка или недостаточная подготовка существенно увеличивают риск травм и снижают благополучие животного [10]. Наряду с мониторингом физиологических показателей важным направлением является оптимизация тренировочного процесса.

Важно, чтобы тренеры понимали физические потребности спортсменов для предотвращения травм и улучшения результатов, демонстрируя важную роль тренеров в профилактике травм, особенно в контексте профессионального спорта. Способ дрессировки, обращения и содержания лошадей влияет на их поведение, которое, в свою очередь, влияет как на безопасность всадника, так и на благополучие лошади [11, 12]. Понимание механизмов и стратегий профилактики для создания более безопасной тренировочной среды имеет важное значение. В этом контексте перспективным направлением является разработка специализированных тренажеров, имитирующих движения лошади и процесс захвата серке.

Авторами предлагается схема разработки имитационного тренажера для кокпара. Это позволит постоянно не вовлекать лошадей, особенно если это молодой, начинающий спортсмен. Идея заключается в имитации движения верхом,

раскачивание и нагрузка при поднятии и схватывании серке. Возможный материал рамы из алюминиевого и стального каркаса, диаметром 2,5-3 метра. С наклоном 20–25°, вертикаль раскачивание 10-15 см. Вес серке от 20-30 кг, ниже на 50-70 см (*имеется рисунок, сгенерированный с помощью ИИ, если редакторы разрешат, можем отправить*). Данная идея будет дополнительно изучаться авторами с учетом современных технологий.

Заключение. Таким образом, проведенный анализ показывает, что в настоящее время в кокпаре практически отсутствует системный сбор статистических данных, особенно в части травматизма спортсменов и лошадей. Между тем, по экспертным наблюдениям, данный вид спорта характеризуется высокой скоростью, значительными физическими нагрузками и повышенным риском травм, значительная часть которых может быть предотвращена за счёт организационных и технологических решений.

Результаты анализа видеоматериалов и игровых эпизодов свидетельствуют о необходимости внедрения современных средств видеофиксации и мониторинга. Использование скоростных камер, дронов, видеоповторов, а также улучшение качества покрытия игрового поля способны одновременно повысить безопасность участников, объективность судейства и зрелищность соревнований. Важным направлением также является регламентация повторных нарушений правил, особенно связанных с использованием плети, что предполагает разработку отдельной шкалы санкций.

Дополнительным перспективным направлением развития кокпара является внедрение носимых цифровых технологий и специализированных тренировочных средств. Использование пульсометров, шагомеров и имитационных тренажеров позволит более точно контролировать нагрузку, снизить риск травм и повысить качество подготовки спортсменов. В совокупности предлагаемые меры могут рассматриваться как основа для формирования современной, безопасной и технологически ориентированной модели развития кокпара.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. ҚР Ұлттық спорт қауымдастығы. Көкпар, кок-бору, улак-тартыш, улак-купкари, бузкаши. Астана: Big Dream, 2018. 258 с.
2. Всемирные игры кочевников, результаты игр, протоколы [Электронный ресурс]. – URL: <https://worldnomadgames.kz/source/uploads/protocols-2/Kokpar.pdf> (дата обращения: 01.02.2026).
3. Конно-спортивные игры казахов // Международная научно-практическая конференция «Кочевники: история, знания, уроки» (Астана, Казахстан, 9–11 сентября 2024 г.): сборник абстрактов / Организационный комитет 5-х Всемирных игр кочевников. – Астана: Smart University Press, 2024. – 316 с.
4. Герасимов А. Е. Лошади. Разведение и уход. — М.: Вече, — 2004. — 129 с.
5. Ross A., Donaldson A., Poulos R. Nationwide sports injury prevention programs: a scoping review // Injury Prevention. – 2022. – Vol. 28, Suppl. 1. – P. A10.3–A11. DOI: 10.1136/injuryprev-2022-safety2022.31.
6. Ebrahimi M., Ordibehesht A., Alizadeh M., Moradi Shahpar F., Hakemi L.

- Incidence of low back injuries among Iranian athletes in 12 disciplines of Olympic sports // *Physical Treatments: Specific Physical Therapy Journal*. – 2021. – Vol. 11. – P. 25–30. DOI: 10.32598/ptj.11.1.421.2.
7. Ustemirov B. и др. Formulation of unified international rules based on an analysis of the characteristics of kokpar games in selected states: Kazakhstan, Kyrgyzstan, Hungary, and China // Статья направлена на рассмотрение (in review).
8. Попов В.П. Роль цифровых технологий в современном спорте // *Мир спорта*. – 2024. – № 3 (96) – С. 87-92.
9. Kusuma A. I., Rosmi Y. F., Ariani L. P. T., Utamayasa I. G. D. The synergy of wearable optical heart rate sensor technology and box breathing in real-time decision making in precision, explosive, and intermittent sports // *Theory and Methods of Physical Education and Sport*. – 2026. – № 1. DOI: 10.17309/tmfv.2026.1.15.
10. Šmondřková M., Halo M., Zaťko S., Mlyneková E., Halo M. Jr. Physiological indicators of workload in horses: analysis of heart rate and energy expenditure during riding // *Slovak University of Agriculture in Nitra, Faculty of Agrobiological Sciences, Institute of Animal Husbandry*. – 2025. – Vol. 28. – P. 336–342. DOI: 10.15414/afz.2025.28.04.336-342.
11. Bahr R., Engebretsen L. *Sports injury prevention*. Oxford: Blackwell Publishing, 2009. DOI: 10.1002/9781444303612.
12. Fenner K.B. The Equine Behavior Assessment and Research Questionnaire (E-BARQ): how the domestic equine triad can advance ethical equitation / *Equine Science (Hons.)* - 2021. – 401 p.



МРНТИ 77.21.15

К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ ДОЛГОСРОЧНОЙ СТРАТЕГИИ СПОРТИВНОГО КЛУБА (ПРОЕКТ-КОНЦЕПЦИЯ)

Сырымбетова Ляйля Саркытовна, к.пед.н., профессор, заведующая кафедрой «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда, profsls@mail.ru

Седых Елизавета Ярославовна, студентка выпускного курса образовательной программы «Физическая культура и спортивный менеджмент». Карагандинский университет Казпотребсоюза, Караганда, Казахстан. E-mail: sedyhelizaveta599@gmail.com

Обухова Антонина Игоревна, студентка выпускного курса образовательной программы «Физическая культура и спортивный менеджмент». Карагандинский университет Казпотребсоюза, Караганда, Казахстан. E-mail: tonya.obukhova.05@mail.ru

📖 **Аннотация:** В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты формирования долгосрочной стратегии спортивного клуба в современных условиях. Актуальность исследования обусловлена необходимостью повышения эффективности управления спортивными организациями в условиях нестабильной внешней среды, ограниченности ресурсов и роста конкуренции.

Целью исследования является разработка и обоснование подходов к формированию долгосрочной стратегии спортивного клуба, ориентированной на устойчивое развитие и повышение конкурентоспособности.

В ходе исследования применялись методы анализа и обобщения научной литературы, системного подхода, а также метод интервьюирования руководителей спортивных организаций, что позволило сопоставить теоретические положения с практическим управленческим опытом.

В результате исследования предложена модель формирования долгосрочной стратегии спортивного клуба, включающая последовательные этапы анализа, планирования, реализации и контроля, а также разработана авторская стратегия развития спортивного клуба. Практическая значимость работы заключается в возможности применения полученных результатов в деятельности спортивных организаций различного уровня.

🔑 **Ключевые слова:** спортивный клуб, стратегия развития, долгосрочное планирование, стратегическое управление, устойчивое развитие, управление.

СПОРТ КЛУБЫНЫҢ ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ СТРАТЕГИЯСЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ МӘСЕЛЕСІ

Сырымбетова Ляйля Сарқытқызы, п.ғ.к., профессор; «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» кафедрасының меңгерушісі, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

Седых Елизавета Ярославовна, «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» білім беру бағдарламасының 4 курс студенті, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

Обухова Антонина Игоревна, «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» білім беру бағдарламасының 4 курс студенті, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

 **Андатпа:** Мақалада қазіргі жағдайдағы спорт клубының ұзақ мерзімді даму стратегиясын қалыптастырудың теориялық және практикалық аспектілері қарастырылады. Зерттеудің өзектілігі тұрақсыз сыртқы орта, ресурстардың шектеулілігі және бәсекелестіктің артуы жағдайында спорт ұйымдарын басқару тиімділігін арттыру қажеттілігімен байланысты.

Зерттеудің мақсаты – спорт клубының ұзақ мерзімді даму стратегиясын қалыптастырудың тиімді тәсілдерін негіздеу және әзірлеу.

Зерттеу барысында ғылыми және әдістемелік әдебиеттерді талдау, жүйелеу әдістері, сондай-ақ спорт ұйымдарының басшыларымен сұхбат жүргізу әдісі қолданылды. Бұл теориялық қағидаларды тәжірибелік басқару тәжірибесімен салыстыруға мүмкіндік берді.

Зерттеу нәтижесінде спорт клубының ұзақ мерзімді стратегиясын қалыптастырудың кезеңдік моделі ұсынылып, авторлық даму стратегиясы әзірленді. Зерттеудің практикалық маңызы алынған нәтижелерді әртүрлі деңгейдегі спорт ұйымдарының қызметінде қолдану мүмкіндігімен анықталады.

 **Түйін сөздер:** спорт клубы, даму стратегиясы, ұзақ мерзімді жоспарлау, стратегиялық басқару, тұрақты даму, басқару.

ON THE FORMATION OF A LONG-TERM STRATEGY FOR A SPORTS CLUB

Syrymbetova Layla Sarkytovna, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor; Head of the Department of Physical Culture and Sports Management, Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda

Elizaveta Yaroslavovna Sedykh, a graduate student of the educational program «Physical Culture and Sports Management». Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda

Antonina I. Obukhova, a graduate student of the educational program «Physical Culture and Sports Management». Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda.

 **Annotation:** The article examines theoretical and practical aspects of forming a long-term development strategy for a sports club in modern conditions. The relevance of the study is determined by the need to improve the efficiency of management of sports organizations in conditions of an unstable external environment, limited resources, and increasing competition.

The purpose of the study is to develop and substantiate approaches to the formation of a long-term strategy for a sports club aimed at sustainable development

and increasing competitiveness.

The research is based on methods of analysis and generalization of scientific literature, a systematic approach, and interviews with managers of sports organizations, which made it possible to compare theoretical concepts with practical management experience.

As a result of the study, a model for forming a long-term strategy of a sports club is proposed, including stages of analysis, planning, implementation, and control, and an original development strategy is developed. The practical significance of the study lies in the possibility of applying the obtained results in the activities of sports organizations of various levels.

 **Keywords:** sports club, development strategy, long-term planning, strategic management, sustainable development, management.

Введение

В современных социально-экономических условиях деятельность спортивных клубов осуществляется в среде, характеризующейся высокой степенью неопределённости и постоянными изменениями. Усиление конкуренции, трансформация потребительских предпочтений, ограниченность финансовых и кадровых ресурсов, а также влияние внешних факторов требуют от спортивных организаций перехода к более эффективным и обоснованным управленческим решениям.

Одним из ключевых направлений повышения эффективности управления является формирование долгосрочной стратегии развития. В отличие от краткосрочного планирования, ориентированного на решение текущих задач, стратегический подход позволяет определить приоритеты развития, обеспечить согласованность управленческих действий и сформировать устойчивую модель функционирования спортивного клуба.

Следует отметить, что процесс формирования долгосрочной стратегии в спортивных организациях имеет ряд особенностей. Спортивные клубы, помимо выполнения экономических функций, играют важную социальную роль, связанную с развитием физической культуры, формированием здорового образа жизни и взаимодействием с населением. Это требует более комплексного подхода к стратегическому планированию, учитывающего как экономические, так и социальные аспекты деятельности.

На практике многие спортивные клубы сталкиваются с отсутствием системного подхода к формированию стратегии. Управленческие решения нередко принимаются ситуативно, без чёткого понимания долгосрочных целей, что приводит к снижению эффективности деятельности и утрате устойчивости. В этой связи особую актуальность приобретает разработка методических подходов к формированию долгосрочной стратегии, адаптированных к специфике спортивных организаций.

Таким образом, формирование долгосрочной стратегии спортивного клуба является необходимым условием его устойчивого развития и повышения конкурентоспособности. Это определяет актуальность выбранной темы и обосновывает необходимость её комплексного рассмотрения.

Методы и материалы

В ходе исследования применялся комплекс теоретических и эмпирических методов, направленных на всесторонний анализ процесса формирования долгосрочной стратегии спортивного клуба. Использование различных методов позволило обеспечить системность исследования и повысить достоверность полученных результатов.

Основу исследования составили методы анализа, обобщения и систематизации научной и методической литературы по вопросам стратегического управления, долгосрочного планирования и устойчивого развития организаций. В рамках данного этапа были изучены работы отечественных и зарубежных авторов, посвященные теории стратегического управления, а также специфике функционирования спортивных организаций.

Особое внимание уделялось применению системного подхода, позволяющего рассматривать спортивный клуб как сложную социально-экономическую систему, функционирующую во взаимодействии с внешней средой. Это позволило выявить взаимосвязь между отдельными элементами деятельности клуба и определить факторы, влияющие на формирование стратегии развития.

В качестве эмпирической базы исследования использовались данные, полученные в ходе интервьюирования руководителя и заместителя руководителя сети фитнес-клубов. Интервью носило полуструктурированный характер и было направлено на выявление практических подходов к формированию и реализации стратегии развития, а также оценку роли инновационных инструментов в управлении спортивной организацией.

Полученные данные были подвергнуты качественному анализу, что позволило сопоставить теоретические положения с практическим опытом и выявить наиболее эффективные подходы к формированию долгосрочной стратегии.

Кроме того, в рамках исследования использовались методы логического анализа и сравнительного подхода, что позволило обобщить полученные результаты и сформулировать авторские предложения по разработке стратегии развития спортивного клуба.

Материальной основой исследования послужили результаты анализа научных источников, а также практические данные, полученные в ходе интервью, что обеспечило обоснованность и практическую направленность исследования.

Дополнительно в рамках исследования был применён метод структурного анализа, позволивший выделить ключевые элементы процесса формирования долгосрочной стратегии спортивного клуба и определить их взаимосвязь. Данный метод способствовал более глубокому пониманию логики стратегического управления и обеспечил возможность систематизации полученных результатов.

Важным направлением исследования стало использование сравнительного подхода, направленного на сопоставление теоретических моделей стратегического управления с практическими подходами, применяемыми в деятельности спортивных организаций. Это позволило выявить расхождения между теорией и практикой, а также определить наиболее эффективные инструменты формирования стратегии.

Особое значение имело применение качественного анализа управленческой информации, полученной в ходе интервью. Данный метод позволил не только зафиксировать фактические данные, но и выявить управленческие тенденции, характерные для современных спортивных организаций. В результате были определены ключевые принципы, лежащие в основе формирования долгосрочной стратегии.

В рамках исследования также использовался метод логического моделирования, направленный на разработку авторской модели формирования стратегии развития спортивного клуба. Применение данного метода позволило структурировать процесс стратегического планирования и представить его в виде последовательности взаимосвязанных этапов.

Для систематизации применяемых методов и их роли в исследовании была составлена таблица 1.

Таблица 1 – Методы исследования и их роль в формировании стратегии

Метод исследования	Содержание метода	Роль в исследовании
Анализ литературы	Изучение научных источников	Формирование теоретической базы
Системный подход	Рассмотрение клуба как системы	Выявление взаимосвязей
Интервьюирование	Сбор практической информации	Получение управленческого опыта
Сравнительный анализ	Сопоставление теории и практики	Выявление эффективных подходов
Логическое моделирование	Построение модели стратегии	Разработка авторской стратегии

Результаты

Теоретические основы формирования долгосрочной стратегии спортивного клуба

Формирование долгосрочной стратегии спортивного клуба является одним из ключевых элементов эффективного управления в условиях современной динамичной среды. В научной литературе стратегия рассматривается как комплексный план развития организации, направленный на достижение её долгосрочных целей с учётом внутренних ресурсов и внешних факторов. Однако в контексте спортивных организаций данное понятие приобретает более сложный и многогранный характер.

В отличие от классических коммерческих предприятий, спортивные клубы функционируют на стыке экономических и социальных интересов. С одной стороны, они должны обеспечивать финансовую устойчивость и конкурентоспособность, с другой – выполнять социальную функцию, связанную с развитием физической культуры и формированием здорового образа жизни. Это требует формирования стратегии, способной учитывать не только экономические показатели, но и социальные результаты деятельности.

Долгосрочная стратегия спортивного клуба представляет собой систему взаимосвязанных целей, направлений и управленческих решений, ориентированных на развитие организации в перспективе 5–10 лет. Её основная задача заключается в обеспечении устойчивого функционирования клуба, адаптации к изменениям внешней среды и формировании конкурентных преимуществ.

Следует отметить, что процесс формирования стратегии не может рассматриваться как разовое управленческое действие. В современных условиях стратегия представляет собой динамичный инструмент, требующий постоянного пересмотра и корректировки. Это обусловлено высокой степенью неопределённости внешней среды, включая экономические колебания, изменения в поведении потребителей и развитие технологий.

Одним из ключевых принципов формирования долгосрочной стратегии является системность. Это означает, что стратегия должна охватывать все основные направления деятельности спортивного клуба, включая организационное управление, кадровую политику, финансовую деятельность, взаимодействие с клиентами и внедрение инноваций. Отсутствие системного подхода приводит к фрагментарности решений и снижению их эффективности.

Не менее важным принципом является адаптивность стратегии. Спортивные

клубы функционируют в условиях постоянных изменений, что требует способности оперативно реагировать на внешние и внутренние вызовы. В этой связи стратегия должна предусматривать возможность корректировки целей, методов и инструментов управления.

Особое значение имеет принцип ресурсной обеспеченности стратегии. Формирование стратегических целей без учёта реальных возможностей организации приводит к их формальности и невозможности реализации. В этой связи важным этапом является оценка ресурсного потенциала спортивного клуба, включая финансовые, кадровые и инфраструктурные ресурсы.

Кроме того, важным аспектом является ориентация стратегии на клиента. В современных условиях именно потребитель определяет успешность деятельности спортивного клуба. Повышение требований к качеству услуг, индивидуализация подхода и развитие новых форм взаимодействия требуют от организаций пересмотра традиционных моделей работы.

Следует также отметить роль инноваций в процессе формирования стратегии. Инновационные подходы позволяют не только повысить эффективность управления, но и создать новые возможности для развития. Это может включать внедрение цифровых технологий, использование аналитических инструментов, а также развитие новых форм организации деятельности.

Таким образом, формирование долгосрочной стратегии спортивного клуба представляет собой сложный и многоуровневый процесс, основанный на сочетании теоретических подходов и практического опыта. Его успешная реализация требует учёта специфики спортивной деятельности, особенностей внешней среды и внутренних возможностей организации.

В современных условиях долгосрочная стратегия становится не просто инструментом управления, а необходимым условием выживания и развития спортивного клуба. Организации, не имеющие чётко сформированной стратегии, оказываются менее устойчивыми к изменениям и теряют свои позиции на рынке.

В целях повышения наглядности теоретических положений в рамках исследования был проведён обобщённый анализ наиболее распространённых проблем, с которыми сталкиваются спортивные клубы при формировании долгосрочной стратегии. Результаты анализа, основанные на обобщении научных источников и практических наблюдений, свидетельствуют о наличии ряда типичных ограничений.

Так, в большинстве случаев спортивные организации сталкиваются с недостаточным уровнем стратегического планирования, что проявляется в отсутствии чётко сформулированных долгосрочных целей и системного подхода к управлению. Значительная часть клубов ориентируется на решение текущих задач, не формируя целостного видения развития.

Кроме того, существенное влияние оказывает ограниченность ресурсов, включая финансовые, кадровые и инфраструктурные. Это приводит к тому, что даже при наличии стратегических намерений их реализация затрудняется из-за отсутствия необходимых условий.

Не менее важной проблемой является низкий уровень управленческой зрелости, выражающийся в отсутствии систем контроля, анализа и оценки результатов деятельности. В ряде случаев стратегические решения принимаются интуитивно, без использования аналитических инструментов и объективных данных.

Для наглядного представления структуры выявленных проблем была сформирована обобщённая оценка их распространённости, представленная на рисунке 1.

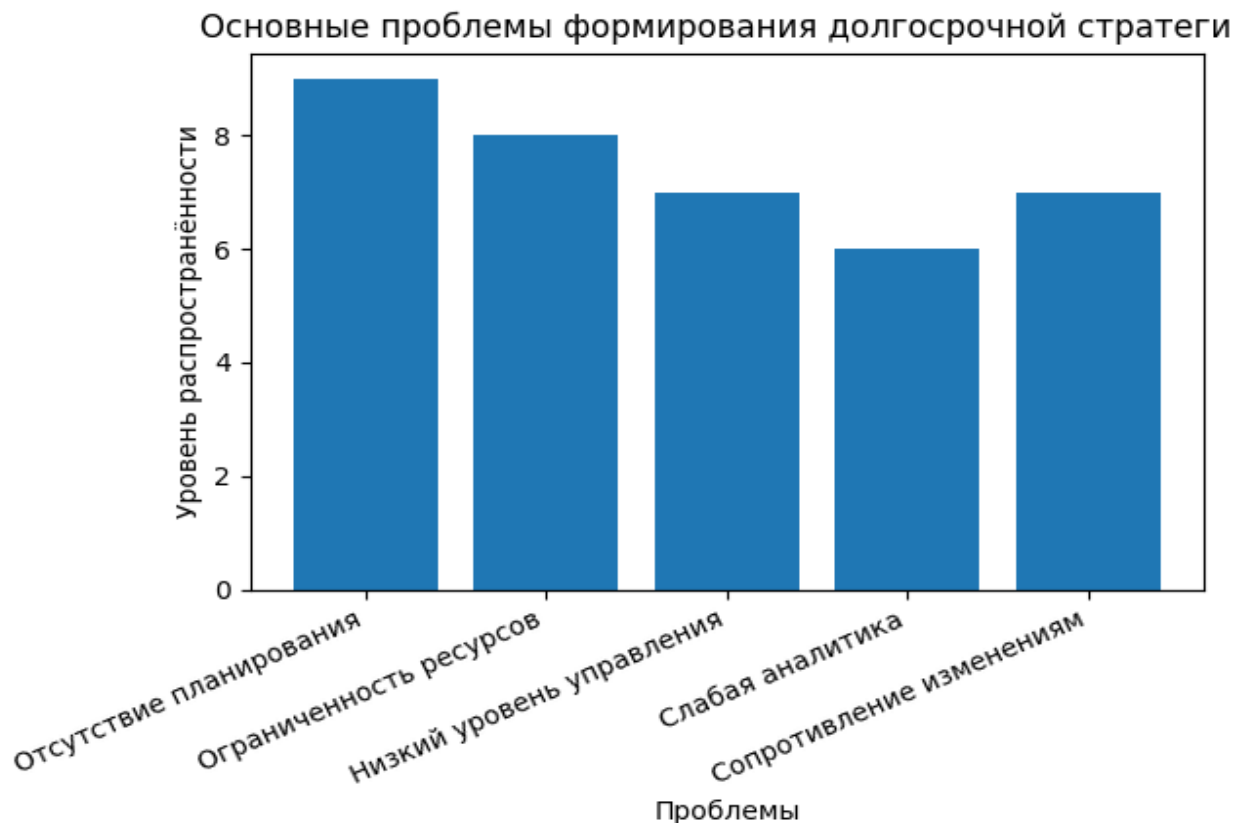


Рисунок 1 – Основные проблемы формирования долгосрочной стратегии спортивных клубов

Анализ полученных данных позволяет сделать вывод о том, что ключевыми ограничениями формирования стратегии являются недостаток системного подхода, ограниченность ресурсов и слабая развитость управленческих механизмов. При этом указанные проблемы носят взаимосвязанный характер и усиливают влияние друг друга.

Таким образом, даже на теоретическом уровне становится очевидным, что формирование долгосрочной стратегии спортивного клуба невозможно без учёта существующих ограничений и разработки подходов к их преодолению. Это подтверждает необходимость перехода от формального планирования к более глубокому и системному стратегическому управлению.

Учитывая выявленные проблемы формирования долгосрочной стратегии спортивных клубов, в рамках настоящего исследования при разработке авторской стратегии особое внимание будет уделено их минимизации и предотвращению. В частности, предполагается отказ от фрагментарного и краткосрочного подхода к управлению в пользу системного стратегического планирования, основанного на чётко сформулированных целях и этапах их достижения. Особый акцент будет сделан на обеспечении ресурсной обоснованности стратегии, развитии управленческих механизмов и использовании аналитических инструментов при принятии решений. Кроме того, при разработке стратегии будет учитываться необходимость повышения гибкости управления и снижения сопротивления

изменениям за счёт вовлечения персонала и развития эффективных коммуникаций. Такой подход позволит не только устранить наиболее распространённые ограничения, но и сформировать устойчивую основу для долгосрочного развития спортивного клуба.

Разработка долгосрочной стратегии развития спортивного клуба.

Формирование долгосрочной стратегии развития спортивного клуба в рамках данного исследования осуществляется с учётом выявленных теоретических положений, а также анализа существующих проблем и ограничений, характерных для современных спортивных организаций. Предлагаемая стратегия ориентирована на обеспечение устойчивого развития клуба, повышение эффективности управления и формирование конкурентных преимуществ в долгосрочной перспективе.

В основе разработки стратегии лежит принцип комплексного подхода, предполагающий охват всех ключевых направлений деятельности спортивного клуба. В отличие от традиционных моделей, ориентированных преимущественно на краткосрочные результаты, предложенная стратегия направлена на создание устойчивой системы управления, способной адаптироваться к изменениям внешней среды.

Цель и задачи стратегии.

Ключевой целью разработки стратегии является обеспечение устойчивого развития спортивного клуба за счёт повышения качества управления, роста клиентской базы и эффективного использования имеющихся ресурсов.

Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие задачи: повышение эффективности управленческих процессов;

- развитие кадрового потенциала;
- увеличение уровня вовлечённости и удержания клиентов;
- обеспечение финансовой устойчивости;
- внедрение современных управленческих и цифровых инструментов.

Основные направления стратегии

В рамках разработанной стратегии выделены основные направления развития, обеспечивающие комплексный подход к управлению деятельностью спортивного клуба.

Первым направлением является совершенствование системы управления. Оно предполагает внедрение элементов стратегического и проектного управления, а также развитие системы планирования и контроля.

Вторым направлением выступает развитие кадрового потенциала. В рамках данного направления особое внимание уделяется повышению квалификации тренерского состава, снижению текучести кадров и формированию мотивационной системы.

Третье направление связано с развитием клиентской политики. Оно включает улучшение качества обслуживания, внедрение программ лояльности и расширение спектра предоставляемых услуг.

Четвёртым направлением является обеспечение финансовой устойчивости. Это достигается за счёт диверсификации источников дохода, оптимизации расходов и повышения эффективности использования ресурсов.

Пятым направлением выступает внедрение инновационных решений, включая цифровизацию процессов, использование аналитических инструментов и развитие новых форм взаимодействия с клиентами.

Инновационные подходы в формировании и реализации стратегии спортивного клуба

В современных условиях формирование долгосрочной стратегии развития

спортивного клуба невозможно без использования инновационных подходов, позволяющих повысить эффективность управления и обеспечить адаптацию к изменяющимся условиям внешней среды. В рамках разработанной стратегии особое внимание уделяется внедрению инноваций не только на технологическом, но и на управленческом уровне.

Одним из ключевых направлений является цифровизация управленческих процессов. Использование современных информационных систем, включая CRM-платформы и инструменты аналитики, позволяет осуществлять сбор и обработку данных о клиентах, анализировать их поведение и формировать персонализированные предложения. Это способствует повышению уровня удовлетворённости клиентов и укреплению их лояльности.

Важным инновационным элементом является применение аналитического подхода при принятии управленческих решений. В отличие от традиционной практики, основанной на интуиции руководителя, предлагается использование системы ключевых показателей эффективности (KPI), а также регулярного анализа данных, позволяющего выявлять тенденции и своевременно корректировать стратегию.

Кроме того, в рамках стратегии предлагается внедрение элементов проектного управления. Это позволяет структурировать процесс реализации стратегических инициатив, определить чёткие сроки, ответственных лиц и ожидаемые результаты. Такой подход повышает прозрачность управления и снижает риск неэффективного использования ресурсов.

Особое внимание уделяется развитию инновационных форм взаимодействия с клиентами. В частности, предполагается использование мобильных приложений, онлайн-записи на занятия, а также цифровых платформ для обратной связи. Это обеспечивает более высокий уровень удобства и доступности услуг спортивного клуба.

Также инновационным подходом является ориентация на формирование сообщества вокруг спортивного клуба. Это предполагает развитие социальных и образовательных инициатив, проведение мероприятий, направленных на вовлечение клиентов и формирование устойчивых взаимоотношений.

В современных условиях особую значимость приобретает внедрение технологий искусственного интеллекта в систему управления спортивным клубом. В рамках разработанной стратегии предполагается использование ИИ как инструмента повышения эффективности управленческих решений и улучшения качества обслуживания клиентов.

Применение искусственного интеллекта позволяет анализировать большие массивы данных, включая информацию о посещаемости, предпочтениях клиентов и эффективности тренировочных программ. На основе таких данных возможно формирование персонализированных предложений, адаптация расписания занятий и повышение уровня удовлетворённости клиентов.

Кроме того, использование ИИ способствует оптимизации внутренних процессов спортивного клуба. Например, автоматизация планирования загрузки залов, прогнозирование спроса на услуги и анализ эффективности работы персонала позволяют повысить управляемость и снизить влияние субъективных факторов при принятии решений.

Следует отметить, что внедрение технологий искусственного интеллекта соответствует современным тенденциям цифровизации и способствует формированию инновационной модели управления спортивным клубом. Это позволяет не только повысить конкурентоспособность организации, но и обеспечить её устойчивое развитие в долгосрочной перспективе. А также,

внедрение инноваций рассматривается не как разовое мероприятие, а как непрерывный процесс, интегрированный в систему стратегического управления. Это позволяет обеспечить постоянное развитие спортивного клуба и его адаптацию к изменениям внешней среды.

Особую актуальность внедрение цифровых и интеллектуальных технологий приобретает в контексте государственной политики, направленной на развитие цифровизации и искусственного интеллекта, что дополнительно подчёркивает практическую значимость предложенной стратегии.

Таким образом, использование инновационных подходов в формировании и реализации стратегии позволяет повысить её эффективность, обеспечить устойчивость развития и сформировать конкурентные преимущества спортивного клуба в долгосрочной перспективе.

Этапы реализации стратегии

Реализация долгосрочной стратегии развития спортивного клуба представляет собой поэтапный управленческий процесс, требующий согласованности действий, чёткого распределения ответственности и постоянного контроля. В отличие от формального подхода, при котором стратегия существует лишь на уровне документа, предложенная модель предполагает её практическую интеграцию в текущую деятельность спортивного клуба.

На начальном этапе реализации стратегии особое значение имеет подготовка организационной основы. В этот период осуществляется доведение стратегических целей до сотрудников, формирование понимания направлений развития и распределение ответственности между участниками процесса. Практика показывает, что именно на данном этапе формируется отношение персонала к изменениям, что в дальнейшем влияет на эффективность реализации всей стратегии.

Следующий этап связан с внедрением ключевых мероприятий и управленческих инструментов. В рамках данного этапа происходит переход от планирования к практическим действиям: внедряются новые формы управления, оптимизируются внутренние процессы, запускаются программы развития клиентской базы и повышения качества услуг. Важным условием успешной реализации является обеспечение координации действий между различными подразделениями клуба.

На этапе активной реализации особое внимание уделяется управлению изменениями. Любые стратегические преобразования сопровождаются определённым уровнем сопротивления со стороны персонала, что требует применения соответствующих управленческих механизмов. К числу таких механизмов относятся обучение сотрудников, развитие внутренней коммуникации и формирование мотивационной среды, направленной на поддержку изменений.

Заключительный этап связан с оценкой промежуточных результатов и корректировкой стратегии. В рамках данного этапа осуществляется анализ достигнутых показателей, выявляются отклонения от плановых значений и принимаются управленческие решения, направленные на совершенствование деятельности клуба. Важно отметить, что данный процесс носит циклический характер и обеспечивает постоянную адаптацию стратегии.

Для повышения наглядности процесса реализации стратегии в рамках исследования была структурирована последовательность этапов и их ключевых характеристик (таблица 2).

Таблица 2 – Этапы реализации стратегии и их характеристика

Этап	Содержание	Ключевые	Ожидаемый
------	------------	----------	-----------

		действия	результат
Подготовительный	Формирование организационной основы	Доведение целей, распределение ответственности	Готовность персонала
Внедрение	Реализация основных мероприятий	Запуск процессов, внедрение инструментов	Начало изменений
Активная реализация	Управление изменениями	Обучение, коммуникации, мотивация	Стабилизация процессов
Контроль и корректировка	Анализ результатов	Оценка показателей, корректировка	Повышение эффективности

Таким образом, реализация стратегии развития спортивного клуба представляет собой не линейный, а циклический процесс, включающий последовательное прохождение этапов и их постоянное совершенствование. Эффективность данного процесса во многом определяется качеством управления, уровнем вовлечённости персонала и способностью организации адаптироваться к изменениям.

Предложенный подход позволяет обеспечить не только выполнение запланированных мероприятий, но и формирование устойчивой системы управления, ориентированной на долгосрочное развитие спортивного клуба.

Ожидаемые результаты реализации стратегии.

Реализация разработанной долгосрочной стратегии развития спортивного клуба, основанной на инновационных подходах и внедрении цифровых технологий, включая элементы искусственного интеллекта, предполагает достижение комплекса взаимосвязанных результатов, охватывающих управленческую, экономическую, кадровую и клиентскую сферы деятельности.

В управленческой сфере ожидается существенное повышение качества принимаемых решений за счёт использования аналитических инструментов и технологий искусственного интеллекта. Применение ИИ позволит обрабатывать большие объёмы данных, выявлять закономерности и формировать более обоснованные управленческие решения. В частности, ожидается сокращение времени на обработку управленческой информации на 20–30%, а также повышение точности планирования и прогнозирования.

В клиентской сфере предполагается рост уровня удовлетворённости и вовлечённости посетителей спортивного клуба. Использование цифровых платформ и алгоритмов анализа поведения клиентов позволит формировать персонализированные предложения и повышать качество сервиса. Ожидается увеличение клиентской базы на 10–20% в течение первых 1–2 лет, а также повышение уровня удержания клиентов.

С экономической точки зрения реализация стратегии позволит повысить финансовую устойчивость спортивного клуба. За счёт оптимизации процессов, автоматизации управления и более точного прогнозирования спроса с использованием технологий искусственного интеллекта ожидается рост доходов на 8–15%, а также повышение эффективности использования ресурсов.

В кадровой сфере предполагается снижение текучести персонала и повышение уровня его вовлечённости. Внедрение современных управленческих подходов и цифровых инструментов создаст условия для формирования устойчивой команды. Ожидается снижение текучести персонала на 10–15%, а

также повышение эффективности работы сотрудников.

Отдельным результатом реализации стратегии является повышение уровня цифровой зрелости спортивного клуба. Внедрение информационных систем, аналитических платформ и технологий искусственного интеллекта позволит сформировать современную модель управления, соответствующую актуальным требованиям цифровой экономики. В частности, предполагается внедрение CRM-систем для управления клиентской базой, цифровых платформ для онлайн-записи и взаимодействия с посетителями, а также аналитических инструментов для оценки эффективности деятельности клуба. Использование технологий искусственного интеллекта позволит автоматизировать процессы анализа данных, прогнозировать спрос на услуги и оптимизировать загрузку инфраструктуры. Ожидается, что уровень цифровизации управленческих процессов увеличится не менее чем на 30–40% в течение 2–3 лет, что обеспечит повышение прозрачности деятельности, ускорение принятия решений и снижение операционных затрат. Таким образом, развитие цифровой инфраструктуры и внедрение интеллектуальных технологий позволит сформировать не только эффективную систему управления, но и инновационную среду функционирования спортивного клуба, ориентированную на долгосрочное развитие и устойчивую конкурентоспособность.

Кроме того, ожидается повышение адаптивности организации к изменениям внешней среды. Использование прогнозных моделей и аналитических инструментов позволит своевременно реагировать на изменения спроса, корректировать стратегические направления и обеспечивать устойчивость развития в долгосрочной перспективе.

Как видно из рисунка 2, наибольший эффект от реализации стратегии ожидается в сфере управления и цифровизации, что обусловлено внедрением аналитических инструментов и технологий искусственного интеллекта. Существенные изменения также прогнозируются в клиентской и финансовой сферах, что подтверждает комплексный характер разработанной стратегии.



Рисунок 2 – Ожидаемые эффекты реализации стратегии с применением технологий искусственного интеллекта

Таким образом, реализация предложенной стратегии позволит сформировать не только эффективную систему управления спортивным клубом, но и создать инновационную, гибкую и устойчивую модель его развития, ориентированную на долгосрочный результат и соответствующую современным тенденциям цифровизации и внедрения технологий искусственного интеллекта.

Заключение

Проведённое исследование позволило всесторонне рассмотреть вопросы формирования долгосрочной стратегии развития спортивного клуба в современных условиях, характеризующихся высокой степенью неопределённости, усилением конкуренции и необходимостью адаптации к быстро меняющейся внешней среде.

В ходе работы установлено, что традиционные подходы к управлению, основанные на краткосрочном планировании и решении текущих задач, не обеспечивают устойчивого развития спортивных организаций. Отсутствие системного стратегического подхода, ограниченность ресурсов, недостаточный уровень управленческой зрелости и слабое использование аналитических инструментов выступают ключевыми факторами, сдерживающими развитие спортивных клубов.

В рамках исследования были обоснованы теоретические основы формирования долгосрочной стратегии, а также выявлены основные проблемы и ограничения, характерные для современных спортивных организаций. Проведённый анализ позволил установить необходимость перехода к более комплексному и системному подходу к стратегическому управлению, основанному на сочетании теоретических положений и практического опыта.

Особое внимание в работе было уделено разработке авторской стратегии развития спортивного клуба, ориентированной на долгосрочную перспективу. Предложенная стратегия включает комплекс взаимосвязанных направлений, охватывающих управленческую, кадровую, финансовую и клиентскую сферы деятельности. Её отличительной особенностью является ориентация на устранение выявленных проблем и формирование устойчивой модели развития.

Важным элементом исследования стало внедрение инновационных подходов в процесс стратегического управления. В частности, обоснована целесообразность использования цифровых технологий, аналитических инструментов и элементов искусственного интеллекта, позволяющих повысить обоснованность управленческих решений, оптимизировать внутренние процессы и улучшить качество взаимодействия с клиентами.

Результаты исследования показывают, что интеграция технологий искусственного интеллекта в деятельность спортивного клуба способствует переходу от интуитивного управления к управлению, основанному на данных. Это обеспечивает повышение эффективности функционирования организации, её адаптивности и конкурентоспособности в долгосрочной перспективе.

Таким образом, формирование долгосрочной стратегии развития спортивного клуба должно рассматриваться как непрерывный, системный и адаптивный процесс, направленный на обеспечение устойчивого функционирования организации. Предложенная в рамках исследования стратегия может быть использована в деятельности спортивных клубов различного уровня, в том числе в условиях Казахстана, с учётом их специфики и ресурсных возможностей.

Статья подготовлена в рамках выпускной квалификационной работы на тему: «Формирование стратегии развития спортивного клуба на долгосрочную перспективу (проект-концепция)», утвержденной приказом ректора Карагандинского университета Казпотребсоюза.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Ансофф И. Стратегическое управление / И. Ансофф // М.: Экономика, 2019. – 519 с.
2. Виханский О.С. Стратегическое управление / О.С. Виханский // М.: Гардарики, 2020. – 296 с.
3. Портер М. Конкурентная стратегия: методика анализа отраслей и конкурентов / М. Портер // М.: Альпина Паблишер, 2020. – 608 с.
4. Минцберг Г., Альстрэнд Б., Лэмпел Дж. Школы стратегий / Г. Минцберг, Б. Альстрэнд, Дж. Лэмпел // СПб.: Питер, 2019. – 336 с.
5. Фатхутдинов Р.А. Стратегический менеджмент / Р.А. Фатхутдинов // М.: ИНФРА-М, 2021. – 512 с.
6. Кузнецов В.П. Управление спортивной организацией / В.П. Кузнецов // М.: Советский спорт, 2018. – 240 с.
7. Родионов А.В. Управление развитием спортивных клубов в современных условиях / А.В. Родионов // Теория и практика физической культуры, 2021. – С. 12–15.
8. Савин С.А. Инновационные подходы к управлению спортивными организациями / С.А. Савин // Вестник спортивной науки, 2020. – С. 22–27.
9. Смирнов В.Н. Стратегическое планирование в сфере физической культуры и спорта / В.Н. Смирнов // Экономика спорта, 2019. – С. 34–39.
10. Шапиро С.А. Управление изменениями в организации / С.А. Шапиро // М.: КНОРУС, 2018. – 256 с.
11. Друкер П.Ф. Эффективное управление / П.Ф. Друкер // М.: Вильямс, 2017. – 320 с.
12. Кибанов А.Я. Управление персоналом организации / А.Я. Кибанов // М.: ИНФРА-М, 2019. – 695 с.
13. Яковлев И.П. Устойчивое развитие спортивных организаций / И.П. Яковлев // М.: Физическая культура, 2020. – 184 с.
14. Министерство цифрового развития, инноваций и аэрокосмической промышленности Республики Казахстан. Государственная политика в сфере цифровизации и развития искусственного интеллекта / МЦРИАП РК // Астана, 2023.
15. OECD. Artificial Intelligence in Society / OECD // Paris: OECD Publishing, 2021. – 180 p.



МРНТИ 77.03.05

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ РАЗМИНКИ В УСЛОВИЯХ НЕБОЛЬШОГО СПОРТИВНОГО ЗАЛА: ИГРОВЫЕ ФОРМЫ, БЕЗОПАСНОСТЬ И ПЛОТНОСТЬ УРОКА

Рура Александр Анатольевич, педагог-исследователь, учитель физической культуры КГУ «Областная специализированная школа-лицей-интернат для одарённых детей ЛОРД» г. Петропавловск

Жунусов Руслан Кайрлыбаевич, педагог-эксперт, учитель физической культуры КГУ «Областная специализированная школа-лицей-интернат для одарённых детей ЛОРД» г. Петропавловск

 **Аннотация.** В статье рассматривается методика проведения разминки на уроках физической культуры в условиях небольшого спортивного зала. На основе практического опыта показано, что игровые формы разминки позволяют повысить моторную плотность урока, уменьшить количество простоев, улучшить управляемость класса и создать положительный эмоциональный настрой учащихся. Особое внимание уделяется безопасности, зонированию пространства, чётким сигналам учителя и возрастной адаптации заданий для младшего, среднего и старшего школьного возраста.

 **Ключевые слова:** разминка, малый спортивный зал, игровые формы, моторная плотность, безопасность, урок физической культуры, двигательная активность.

ШАҒЫН СПОРТ ЗАЛЫ ЖАҒДАЙЫНДА ЖЫЛЫТУ ӘДІСТЕМЕСІ: ОЙЫН ФОРМАЛАРЫ, САБАҚТЫҢ ҚАУІПСІЗДІГІ МЕН ТЫҒЫЗДЫҒЫ

Рура Александр Анатольевич, педагог-зерттеуші, дене шынықтыру мұғалімі «Дарынды балаларға арналған облыстық мамандандырылған мектеп-лицей-интернаты Лорд» КММ, Петропавл қаласы.

Жүнісов Руслан Қайрлыбайұлы, педагог-сарапшы, дене шынықтыру мұғалімі «Дарынды балаларға арналған облыстық мамандандырылған мектеп-лицей-интернаты Лорд» КММ, Петропавл қ.

 **Аңдатпа:** Мақалада шағын спорт залында дене шынықтыру сабағында дене қыздыруды ұйымдастыру әдістемесі қарастырылады. Мұғалімнің практикалық тәжірибесі негізінде ойын түріндегі жаттығулар сабақтың қозғалыс тығыздығын арттыруға, бос тұрып қалуды азайтуға, сыныпты басқаруды жақсартуға және оқушылардың жағымды эмоциялық көңіл күйін қалыптастыруға мүмкіндік беретіні көрсетіледі. Қауіпсіздікке, кеңістікті аймақтарға бөлуге, мұғалімнің нақты белгілеріне және әр жас кезеңіне сай тапсырмаларды бейімдеуге ерекше назар аударылады.

 **Түйін сөздер:** дене қыздыру, шағын спорт залы, ойын түрлері, қозғалыс тығыздығы, қауіпсіздік, дене шынықтыру сабағы, қозғалыс белсенділігі.

THE METHODOLOGY OF WARM-UP IN A SMALL GYM: FORMS OF PLAY, SAFETY AND DENSITY OF THE LESSON

Alexander Anatolyevich Rura, is a teacher and researcher, physical education teacher

KSU «Regional Specialized Boarding School for gifted children LORD» Petropavlovsk.
Ruslan Kairlybaevich Zhunusov, expert teacher, physical education teacher
KSU «Regional Specialized Boarding School for gifted children LORD» Petropavlovsk.

 **Abstract:** The article considers a methodology for conducting warm-up activities in physical education lessons in a small sports hall. Based on practical teaching experience, it shows that game-based warm-up forms can increase motor density, reduce waiting time, improve class management and create a positive emotional climate. Special attention is paid to safety, space zoning, clear teacher signals and age-appropriate adaptation of tasks for primary, middle and senior school students.

 **Keywords:** warm-up, small sports hall, game-based forms, motor density, safety, physical education lesson, physical activity.

Введение

Разминка является обязательной частью урока физической культуры. Её назначение не ограничивается предварительным разогревом мышц и подготовкой сердечно-сосудистой и дыхательной систем к последующей нагрузке. В школьной практике разминка одновременно выполняет организационную, воспитательную и психологическую функции: помогает собрать внимание учащихся, перевести класс из состояния ожидания в состояние активной работы, задать темп урока и подготовить обучающихся к выполнению основной двигательной задачи.

В условиях небольшого спортивного зала эти задачи приобретают особую значимость. Зал размером 9×18 м объективно ограничивает возможности для привычного кругового бега, фронтального выполнения общеразвивающих упражнений и построения длинных потоков. При большом количестве обучающихся возникает риск скученности, столкновений, формального выполнения упражнений, а также неравномерного распределения нагрузки: более подготовленные учащиеся стремятся работать быстрее, менее подготовленные — начинают выпадать из общего темпа.

Традиционная разминка сохраняет методическую ценность, однако в условиях малого зала её фронтальное проведение не всегда обеспечивает достаточную двигательную плотность и безопасность. Если учащиеся долго ожидают своей очереди или выполняют однообразные задания без смены условий, снижается внимание, возрастает хаотичность перемещений, а подготовительная часть урока превращается в формальность. В такой ситуации учителю физической культуры необходимы гибкие организационные решения, позволяющие одновременно удерживать дисциплину, дозировать нагрузку и включать в движение большинство учащихся.

Актуальность данной темы связана также с общими задачами школьного физического воспитания. Типовые учебные программы по предмету «Физическая культура» в Республике Казахстан ориентированы на развитие двигательных умений, физических качеств, культуры здоровья и безопасного участия обучающихся в двигательной деятельности [1]. В типовой учебной программе для 1–4 классов отдельно подчёркиваются двигательные навыки, техника безопасности, подвижные игры, работа в парах и группах, а также увеличение двигательной активности обучающихся за счёт расширения количества спортивных и подвижных игр [2]. Международные рекомендации по физической активности подчёркивают необходимость регулярной умеренной и высокой двигательной активности детей и подростков [3]. Следовательно, даже подготовительная часть урока должна использоваться рационально и не сводиться к пассивному ожиданию указаний учителя.

Цель и задачи статьи

Цель статьи — представить методику проведения разминки в условиях небольшого спортивного зала на основе игровых форм, направленных на повышение моторной плотности урока, обеспечение безопасности и улучшение управляемости класса. Для достижения цели выделены следующие задачи:

- раскрыть особенности организации разминки в условиях ограниченного спортивного пространства;
- определить методические принципы безопасной игровой разминки;
- показать варианты игровых разминок для младшего, среднего и старшего школьного возраста;
- описать педагогические наблюдения, связанные с использованием данных форм на уроках физической культуры.

Методологические основания организации разминки.

Предлагаемая методика основана на практическом опыте проведения уроков физической культуры в спортивном зале размером 9×18 м. При этом описанные подходы могут применяться не только в малом зале, но и в стандартных спортивных залах, поскольку их основная идея заключается не в механическом ограничении пространства, а в рациональной организации двигательной активности учащихся.

С методической точки зрения разминку в условиях малого зала целесообразно рассматривать как управляемую систему коротких двигательных заданий. Такая система строится на нескольких принципах: зонировании пространства, одновременной занятости учащихся, чётких сигналах учителя, кратковременных интервалах работы, дозировании интенсивности и возрастной адаптации упражнений. Эти принципы согласуются с общими положениями теории и методики физического воспитания о необходимости постепенности, доступности, сознательности и системности при организации двигательной деятельности [4; 5].

Игровая форма в данной методике используется не как развлечение ради развлечения, а как средство педагогического управления. Правильно организованная игра позволяет учителю регулировать темп, направление, дистанцию и характер взаимодействия учащихся. В отличие от свободной подвижной игры, разминка имеет строго заданные правила, ограниченное время, понятные сигналы и заранее определённую траекторию движения.

Особое значение имеет отказ от выбывания обучающихся из игры. В подготовительной части урока недопустимо, чтобы ученик после ошибки оставался без движения и наблюдал за другими. Даже при игровом элементе каждый участник должен продолжать выполнять доступное двигательное задание: лёгкий бег на месте, шаг с подскоком, прыжки, приседания, перемещение по зоне. Это повышает моторную плотность урока и снижает пассивность учащихся. Рассмотрение разминки как части общей двигательной активности учащихся согласуется с представлениями о физической активности человека как важном факторе развития, работоспособности и сохранения здоровья [7].

Таблица 1 – Организационно-методические условия проведения разминки в малом спортивном зале

Методическое условие	Практическое содержание	Педагогический эффект
Зонирование пространства	Зал делится на зоны, станции, маршруты или сектора движения.	Уменьшается скученность, снижается риск столкновений.
Короткие интервалы	Задания выполняются по 20–40 секунд с быстрой сменой	Сохраняется внимание, нагрузка становится

	условий.	управляемой.
Чёткие сигналы	Используются голосовые команды, свисток, карточки, жесты.	Учитель быстрее управляет классом и темпом работы.
Одновременная занятость	Большинство обучающихся находится в движении, ожидание сведено к минимуму.	Повышается моторная плотность урока.
Возрастная адаптация	Для младших — простые сигналы; для средних — командные задания; для старших — станции и зоны.	Задания становятся доступными и педагогически оправданными.
Безопасная траектория	Исключаются встречные потоки, резкие столкновения и хаотичные ускорения.	Снижается травмоопасность разминки.

Практическая реализация игровых форм разминки.

Практика показывает, что в малом спортивном зале наиболее эффективно работают такие формы разминки, в которых обучающиеся не движутся единым плотным потоком, а распределяются по зонам, колоннам или станциям. Ниже представлены варианты разминок, применяемые в разных возрастных блоках: младшем, среднем и старшем школьном возрасте.

Для младших школьников важны простота правил, эмоциональная выразительность сигнала и быстрая смена заданий. Для обучающихся среднего звена эффективны командные формы, требующие реакции, взаимодействия и соблюдения дистанции. В старших классах можно использовать более сложные варианты: станционную работу, квест по зонам, интервальные задания, элементы самостоятельного контроля темпа. Возрастная адаптация содержания разминки соответствует общему подходу к построению физического воспитания учащихся 1–11 классов, где двигательные задания подбираются с учётом возраста, подготовленности и этапа обучения [6].

Таблица 2 – Примеры игровых разминок для разных возрастных блоков

Возрастной блок	Разминка	Основная задача	Организация и методический акцент
Младший	«Светофор»	Внимание, реакция, смена темпа	Учитель подаёт цветовые или голосовые сигналы: лёгкий бег, смена способа передвижения, остановка с коротким упражнением.
Средний	«Змейка-команда»	Работа в колоннах, взаимодействие, отсутствие простоя	Последний ученик обегает колонну «змейкой» и становится первым; все колонны работают одновременно.
Средний	«Охота за номерами»	Реакция и стартовая скорость	По вызову номера учащиеся выполняют короткий старт, остальные продолжают лёгкое движение на месте.
Средний	«Беговой квадрат»	Распределение по зонам, командное	Класс делится на команды, каждая команда

	«Захвати зону»»	взаимодействие	перемещается между зонами и продолжает движение без скопления в одной точке.
Старший	«Кольцевой вихрь»	Комплексный разогрев на станциях	По периметру зала размещаются 4–6 станций; группы переходят по сигналу через 20–30 секунд.
Старший	«Квест по зонам»	Нагрузка на выносливость, ориентация, командность	Команды проходят зоны по маршруту, выполняя разные беговые задания с контролем темпа и дистанции.

Описание отдельных вариантов разминки:

«Светофор». Данная разминка целесообразна в младших классах. Учащиеся располагаются врассыпную с обязательным соблюдением дистанции. По сигналу «зелёный» выполняется лёгкий бег, по сигналу «жёлтый» — бег мелким шагом, приставной шаг или движение с высоким подниманием бедра, по сигналу «красный» — остановка и 2–3 простых упражнения на месте. Методическая ценность упражнения заключается в том, что учащиеся одновременно разогреваются, учатся слышать сигнал, быстро менять темп и контролировать своё положение в пространстве.

«Змейка-команда». Класс делится на 3–4 колонны. Все колонны выполняют лёгкий бег, после сигнала последний ученик обегает участников своей колонны зигзагом и становится первым. Упражнение удобно для малого зала, поскольку движение организовано в пределах колонны, а учащиеся не пересекают траектории других групп. Важно не превращать задание в силовую гонку: главный акцент делается на слаженность, дистанцию и непрерывную занятость каждого ученика.

«Охота за номерами». Учащиеся делятся на команды и получают номера. Учитель называет номер и короткое задание, например: добежать до линии и вернуться. Учащиеся с названным номером стартуют одновременно, остальные выполняют лёгкий бег на месте, шаг с подскоком или другое простое задание. Такой вариант позволяет развивать реакцию и стартовую скорость без длительного ожидания очереди. При этом необходимо заранее определить линии старта и возврата, чтобы избежать встречных столкновений.

«Беговой квадрат «Захвати зону». Зал условно делится на четыре зоны. Команды выполняют движение в своей зоне, а по сигналу переходят в следующую зону по заранее оговорённому направлению. Задача команды — быстро распределиться по новой зоне, не скапливаться в одной точке и продолжить движение. Этот вариант полезен тем, что приучает обучающихся видеть пространство зала, соблюдать направление перемещения и работать в группе.

«Кольцевой вихрь». По периметру зала размещаются 4–6 станций: бег мелким шагом, бег с высоким подниманием бедра, приставной шаг, «змейка» между фишками, короткий ускоренный отрезок, упражнения с координационной лестницей или скакалкой. Каждая группа работает на станции 20–30 секунд, затем по сигналу переходит дальше. В старших классах этот вариант позволяет включить разные мышечные группы, сохранить порядок и обеспечить равномерную занятость учащихся.

«Квест по зонам». Зал делится на 4–5 зон, каждая из которых имеет своё задание: бег по малому кругу, челночное перемещение, движение по диагонали, «ёлочка» между фишками, бег по периметру. Команды проходят зоны по маршруту.

Важно, чтобы движение по диагонали и спиной вперёд применялось только при

достаточной подготовленности обучающихся и при хорошем контроле дистанции. В противном случае эти элементы лучше заменить более безопасными способами перемещения.

Безопасность и управляемость класса

Игровая форма разминки не должна снижать управляемость урока. Напротив, правильно организованная игра позволяет учителю точнее регулировать темп, направление движения и степень активности учащихся. Поэтому перед началом разминки необходимо коротко и ясно объяснить правила, показать границы зон, обозначить сигналы начала и окончания работы.

В условиях малого зала обязательными являются следующие требования: соблюдение дистанции, движение только по заданной траектории, запрет резких столкновительных игр, дозирование интенсивности, учёт возраста и подготовленности класса. Движение спиной вперёд, диагональные перемещения и короткие ускорения следует применять только при достаточной организованности группы. При младших школьниках эти элементы лучше ограничивать или заменять более простыми вариантами.

Отдельного внимания требует эмоциональное возбуждение учащихся. Игровая разминка повышает интерес, но при недостаточном управлении может перейти в хаотичную активность. Поэтому учителю важно сохранять ведущую роль: регулировать длительность раунда, своевременно менять задание, использовать паузы для дыхания и восстановления, а также напоминать, что цель разминки — подготовка к уроку, а не победа любой ценой.

Инвентарь должен использоваться как средство организации пространства, а не как дополнительный источник риска. Фишки, координационная лестница, скакалки, мячи, набивные мячи, секундомер и свисток позволяют обозначить зоны, маршруты и интервалы работы. При этом тяжёлый или объёмный инвентарь не следует размещать на траекториях быстрого бега.

Педагогические наблюдения и результаты применения

Описанная методика применяется в практической работе учителей физической культуры КГУ «Областная специализированная школа-лицей-интернат для одарённых детей ЛОРД» города Петропавловск. Игровые формы разминки использовались на уроках физической культуры с ноября 2025 года, во 2-й и 4-й четвертях 2025–2026 учебного года. В 3-й четверти основное место в учебном процессе занимала лыжная подготовка, поэтому игровые разминки в спортивном зале в этот период не являлись основным средством организации подготовительной части урока.

Практическое применение методики охватило 22 класс-комплекта со 2 по 11 классы, в которых в занятиях физической культурой участвовало более 400 обучающихся. Такой охват позволил проверить предложенные варианты разминки в разных возрастных группах: у младших школьников, учащихся среднего звена и старшеклассников. Разминки применялись в условиях спортивного зала размером 9×18 м, где особенно важно рационально распределять учащихся в пространстве, предупреждать столкновения и уменьшать время ожидания очереди.

По педагогическим наблюдениям использование игровых разминок способствовало более быстрому включению обучающихся в урок. Разминка становилась не формальным началом занятия, а полноценной частью урока, где уже решались задачи внимания, дисциплины, взаимодействия и подготовки организма к дальнейшей нагрузке.

Наиболее заметный эффект был связан с уменьшением простоев. При традиционной организации часть обучающихся могла ожидать очереди или выполнять упражнения формально. В игровых разминках через зонирование,

работу в колоннах и станциях больше учеников одновременно находились в движении. Это создавало условия для повышения моторной плотности урока без искусственного увеличения интенсивности.

Положительно менялся и эмоциональный фон. Учащиеся охотнее включались в урок, быстрее реагировали на команды, проявляли интерес к началу занятия. Вместе с тем игровая форма не отменяла дисциплину, а требовала более чёткой организации. Практика показала, что при понятных правилах и стабильной системе сигналов управлять классом становилось легче: учащиеся знали границы, маршрут и ожидаемое действие.

Следует подчеркнуть, что данные выводы основаны на педагогическом наблюдении и обобщении практического опыта применения методики в 22 класс-комплектах, а не на отдельном экспериментальном исследовании со статистической обработкой. Поэтому корректнее говорить не о доказанном повышении физической подготовленности, а о создании условий для более активного, безопасного и организованного участия обучающихся в подготовительной части урока.

Обсуждение

Нестандартная разминка не должна рассматриваться как отказ от классической методики. Общеразвивающие упражнения, беговые задания, построения и перестроения сохраняют своё значение. Однако в условиях малого зала учитель вынужден искать такую организацию, при которой пространство используется рационально, а каждый ученик имеет возможность двигаться без лишнего ожидания и риска столкновений.

Преимущество игровых форм заключается в том, что они позволяют сочетать физиологическую подготовку организма с педагогическими задачами: развитием внимания, реакции, координации, умения действовать по сигналу и взаимодействовать в группе. В этом смысле разминка становится не второстепенным элементом урока, а частью целостной методики физического воспитания школьников.

Ограничением предложенной методики является необходимость предварительной дисциплины и ясных правил. Если учитель не обозначил направление движения, границы зон и сигналы остановки, игровая разминка может стать менее безопасной, чем традиционная. Поэтому внедрение таких форм должно быть постепенным: сначала простые сигналы и малые группы, затем более сложные маршруты, станции и командные задания.

Методика, разработанная для зала 9×18 м, может быть использована и в стандартных спортивных залах. В большем пространстве она даёт дополнительные возможности: увеличить число зон, расширить маршруты, варьировать дистанции и включать более сложные станции. Однако базовые принципы остаются теми же: безопасность, управляемость, одновременная занятость обучающихся и соответствие заданий возрасту.

Заключение

В условиях небольшого спортивного зала разминка должна выполнять не только физиологическую, но и организационно-методическую функцию. Она помогает учителю управлять классом, распределять обучающихся в пространстве, поддерживать внимание и постепенно готовить организм к основной части урока.

Игровые формы разминки являются эффективным средством повышения моторной плотности урока, если они имеют чёткую структуру, ограниченное время, понятные правила и безопасные траектории движения. Их ценность состоит не в развлекательности, а в возможности включить в активную работу большее количество обучающихся одновременно.

Безопасность в малом зале обеспечивается не снижением двигательной активности, а грамотной организацией: зонированием пространства, дистанцией, сигналами учителя, дозированием интенсивности и учётом подготовленности обучающихся. Возрастная адаптация позволяет использовать методику на всех ступенях школы: от простых сигналов в младших классах до станционной и зональной работы в старшем звене.

Таким образом, нестандартная разминка в условиях малого спортивного зала может рассматриваться как практический инструмент повышения качества урока физической культуры, формирования дисциплины движения и поддержания устойчивого интереса обучающихся к занятиям.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Об утверждении типовых учебных программ по общеобразовательным предметам и курсам по выбору уровней начального, основного среднего и общего среднего образования: приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 16 сентября 2022 года № 399 // ИПС «Әділет» [Электронный ресурс]. URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029767> (дата обращения: 20.05.2026).
2. Типовая учебная программа по предмету «Физическая культура» для 1–4 классов уровня начального образования // Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]. URL: <https://tmfk.ksu.edu.kz/tipovaya-uchebnaya-programma-po-predmetu-fizicheskaya-kultura-dlya-1-4-klassov-urovnya-nachalnogo-obrazovaniya/> (дата обращения: 21.05.2026).
3. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization, 2020. 104 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128> (дата обращения: 20.05.2026).
4. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля. 4-е изд. Москва: Спорт, 2021. 520 с.
5. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. 13-е изд., испр. и доп. Москва: Академия, 2016. 494 с.
6. Лях В. И., Зданевич А. А. Комплексная программа физического воспитания учащихся. 1–11 классы: для учителей общеобразовательных учреждений. 9-е изд. Москва: Просвещение, 2012. 126 с.
7. Бальсевич В. К., Запорожанов В. А. Физическая активность человека. Киев: Здоров'я, 1987. 224 с.



МРНТИ 77.01.01

РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ АНАЛИЗА И ОЦЕНКИ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ 9 КЛАССА НА УРОКАХ ВОЛЕЙБОЛА ПОСРЕДСТВОМ МОДЕЛИ «COACH-CLIENT» И ПОДХОДОВ К ПОСТАНОВКЕ ЦЕЛЕЙ.

Орынбекқызы Альмира, учитель -модератор физической культуры и здоровья

Ергалиева Айнұр, учитель физической культуры и здоровья

Аннотация: В данном исследовании изучалась эффективность модели взаимного обучения «coach-client» в сочетании со структурированными стратегиями постановки целей SMART для улучшения результатов, оценки игры и аналитических навыков учащихся 9-го класса. В рамках исследования проведено предварительная и последующее тестирование, в котором приняли участие 30 учеников (15 мальчиков и 15 девочек). Ученики прошли базовое и итоговое тестирование, в ходе которого измерялись отжимания (мышечная выносливость), прыжки со скакалкой (координация и кардиореспираторная выносливость), точность подачи мяча и зрительно - моторная координация. В течение шестинедельного учебного раздела по волейболу ученики поочередно выполняли роли тренеров и игроков, анализировали результаты и разрабатывали структурированные планы развития результативности (PDP). Парные t-критерии показали статистически значимые улучшения в отжиманиях, прыжках со скакалкой и зрительно - моторной координации ($p < .05$). Точность подачи мяча также улучшилась, особенно среди девочек. Наблюдения в классе продемонстрировали улучшение аналитической обратной связи у учеников и их способности оценивать результаты. Полученные в ходе исследования данные показывают, что интеграция взаимного коучинга и структурированных стратегий постановки целей на уроках физкультуры улучшает как результаты выступлений, так и аналитические навыки учащихся при оценке игр.

Ключевые слова: волейбол, физическое воспитание, исследование практики, модель «Coach-Client», SMART-цель, анализ игровой деятельности.

ВОЛЕЙБОЛ САБАҚТАРЫНДА 9-СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ОЙЫН КӨРСЕТКІШТЕРІН «COACH-CLIENT» МОДЕЛІН ЖӘНЕ МАҚСАТ ҚОЮ ТӘСІЛДЕРІН ҚОЛДАНА ОТЫРЫП ТАЛДАУ ЖӘНЕ БАҒАЛАУ ДАҒДЫЛАРЫН ДАМУ.

Орынбекқызы Альмира, дене шынықтыру және денсаулық пәнінің мұғалім-модераторы, «Назарбаев Зияткерлік мектебі» Астана қ.

Ергалиева Айнұр, дене шынықтыру және денсаулық пәнінің мұғалімі, «Назарбаев Зияткерлік мектебі» Астана қ.

Аңдатпа: Бұл зерттеу 9-сынып оқушыларының волейбол ойыны бойынша өнімділігін және ойын белсенділігін бағалаудағы аналитикалық дағдыларын жақсартуда «Коуч-Клиент» моделінің құрылымдалған SMART мақсат қою стратегияларымен үйлесімде тиімділігін зерттеді. 30 оқушымен (15 ұл және 15 қыз) тест алдындағы және тесттен кейінгі іс-әрекеттік зерттеу

жүргізілді. Оқушылар жерден итерілу (бұлшық ет төзімділігі), секіртпемен секіру (үйлесім және кардиореспираторлық төзімділік), допты беру дәлдігі және көру-қимыл үйлесімдері өлшенетін бастапқы және ағымды тестілеулері орындалды. Алты апталық волейбол оқу бөлімінде оқушылар жаттықтырушы және ойыншы рөлдерін алмастырып, өнімділікті талдап, құрылымдалған өнімділікті дамыту жоспарларын (PDP) әзірледі. Жұптастырылған үлгідегі t-тесттері жерден итерілуде, секіртпемен секіру және көру-қимыл үйлесімдігінде статистикалық тұрғыдан маңызды жақсартуларды көрсетті ($p < .05$). Допты беру дәлдігі де жақсарды, әсіресе қыз бала оқушылары арасында. Сыныптағы бақылаулар оқушылардың аналитикалық кері байланыс және өнімділікті бағалау қабілетінде жақсартуларды көрсетті. Зерттеу нәтижелері дене шынықтыру сабақтарында өзара тәлімгерлік және құрылымдалған мақсат қою стратегияларын біріктіру өнімділік нәтижелерін, оқушылардың ойынды бағалаудағы аналитикалық дағдыларын жақсартатынын көрсетті.

 **Түйінді сөздер:** волейбол, дене шынықтыру, іс-әрекетті зерттеу, «Coach–Client» моделі, SMART-мақсат, ойын әрекетін талдау.

DEVELOPING GAME PERFORMANCE ANALYSIS SKILLS IN GRADE 9 VOLLEYBALL THROUGH THE COACH–CLIENT MODEL AND GOAL-SETTING STRATEGIES

Orynbekkyzy Almira, teacher - moderator of physical and health education, «Nazarbayev Intellectual School» Astana.

Ergalieva Ainur, is a teacher of physical and health education, «Nazarbayev Intellectual School» Astana.

 **Abstract:** This study investigated the effectiveness of the Coach–Client peer coaching model combined with structured SMART goal-setting strategies in improving Grade 9 students' volleyball performance and analytical skills in evaluating game activity. A pre-test–post-test action research design was conducted with 30 students (15 boys and 15 girls). Students completed baseline and final assessments measuring push-ups (muscular endurance), jump rope performance (coordination and cardiorespiratory endurance), serve accuracy, and hand–eye coordination. During a six-week volleyball instructional unit, students alternated roles as coaches and players, analyzed performance, and developed structured Performance Development Plans (PDP). Paired-samples t-tests indicated statistically significant improvements in push-ups, jump rope performance, and hand–eye coordination ($p < .05$). Serve accuracy also improved, particularly among female students. Classroom observations demonstrated improvements in students' analytical feedback language and ability to evaluate performance. The findings suggest that integrating peer coaching and structured goal-setting strategies in physical education lessons enhances both performance outcomes and students' analytical skills in game evaluation.

 **Keywords:** volleyball, physical education, action research, Coach–Client model, SMART goal, performance analysis.

Введение. Волейбол -это интенсивный вид спорта, требующий интеграции мышечной выносливости, координации, технической точности и тактической осведомленности. В школьной среде у учащихся развивается командная работа, коммуникация и аналитическое мышление. Однако одного участия недостаточно для повышения игровых результатов. Развитие навыков требует

структурированного тренировочного плана, целенаправленной практики, систематической обратной связи и четких стратегий постановки целей.

Модели взаимного коучинга широко используются в педагогике спорта для поощрения активного участия учащихся и совместного обучения. Модель «coach–client» позволяет учащимся чередовать роли исполнителя и аналитика, побуждая их наблюдать, оценивать и предоставлять структурированную обратную связь.

Теория постановки целей предполагает, что четко определенные и измеримые цели значительно улучшают мотивацию и результаты деятельности (Locke & Latham, 2002). При применении в физическом воспитании стратегии постановки целей помогают учащимся отслеживать прогресс и развивать навыки саморегуляции.

Цель данного исследования заключалась в изучении того, как интеграция модели «coach–client» и стратегий постановки SMART целей влияет на способность студентов анализировать результаты в волейболе и улучшает отдельные показатели физической подготовки и навыков.

Обзор литературы. Предыдущие исследования подчеркивают важность целенаправленной практики и обратной связи в приобретении навыков. Ericsson и др. (1993) подчеркнули, что результаты улучшаются, когда практика структурирована и основана на обратной связи.

Теория целеполагания (Locke & Latham, 2002) демонстрирует, что четкие, измеримые цели значительно улучшают результаты и мотивацию.

Модель обучения играм для понимания (Bunker & Thorpe, 1982) предполагает, что тактическая осведомленность развивается более эффективно, когда учащиеся развивают навыки в условиях игры, а не в упражнениях вне игрового контекста.

Модели взаимного обучения, такие как спортивное образование (Siedentop, 1994), дополнительно демонстрируют, что учащиеся получают пользу от активного участия в совместной работе и оценке сверстников.

В волейболе на результаты влияют показатели физической подготовки, включая мышечную выносливость и координацию (Маркес и др., 2008). Эти переменные влияют на точность подачи, скорость реакции и контроль мяча.

Методы исследования. Исследование проводилось в течение 6-ти недель, 12 занятий по 60 минут. В обучении использовался количественный метод исследования с предварительным и последующим тестированием для оценки влияния структурированных тренировок по волейболу в сочетании с коучингом со стороны одноклассников и стратегиями постановки SMART целей.

В исследовании приняли участие 30 учеников 9-го класса: 15 мальчиков и 15 девочек, где все ученики прошли одинаковые предварительные и итоговые тесты. Рассматривались 4 показателя результативности: отжимания (мышечная выносливость); прыжки со скакалкой (координация/выносливость); точность подачи (показатель технической подготовленности); координация рук и глаз.

Этап предварительного тестирования: учащиеся выполнили базовые измерения по всем четырем показателям.

Этапы практической реализации:

- круговые тренировки
- упражнения для совершенствования техники подачи мяча с постепенным усложнением
- упражнения, ориентированные на достижение цели
- игры в волейбол в малых группах
- занятия по анализу целей по методике SMART
- взаимообучение тренера и игрока.

Учащиеся по очереди выполняли роли тренера и игрока, анализируя технику и

давая обратную связь.

Этап итогового тестирования – После завершения учебного раздела данные тесты были проведены повторно.

Результаты

Таблица 1 Описательная статистика (мальчики, n = 15)

Показатель	Предварительный тест	Итоговый тест	Положительная динамика
Отжимание	23.4	27.5	+4.1
Прыжки на скакалке	79.3	94.5	+15.2
Точность подачи мяча	6.7	9.1	+2.4
Зрительно-двигательная координация	52.3	57.1	+4.8

Таблица 2 Описательная статистика (девочки, n = 15)

Показатель	Предварительный тест	Итоговый тест	Положительная динамика
Отжимание	18.1	20.9	+2.8
Прыжки на скакалке	72.8	75.7	+2.9
Точность подачи мяча	7.6	9.3	+1.7
Зрительно-двигательная координация	44.6	49.5	+4.9

Table 3. Результаты парного t-теста всех учащихся.

Показатель	t-значение	(df) статистическая значимость	p-значение	Статистическая значимость
Отжимание	6.21	29	< .001	значимо
Прыжки на скакалке	4.82	29	< .001	значимо
Точность подачи мяча	3.74	29	.001	значимо
Зрительно-двигательная координация	3.55	29	.002	значимо

Обсуждение. Статистический анализ выявил значительные улучшения по всем показателям после проведенного исследования. Наибольшие улучшения были отмечены в показателях выполнений отжиманий и прыжков со скакалкой, что свидетельствует об улучшении мышечной выносливости и координации. Точность подачи мяча также значительно улучшилась, особенно среди девочек.

Графическое представление данных

Рис 1. Отжимание: результаты до и после тестирования (мальчики и девочки)

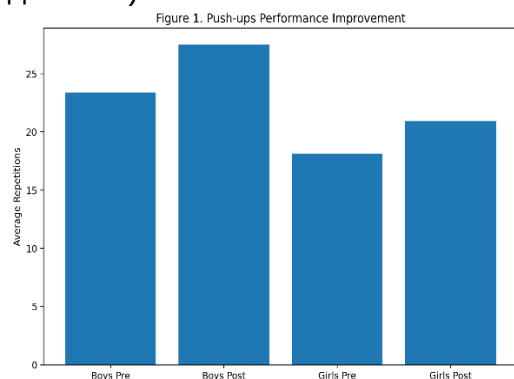


Рис 2-Динамика прыжков со скакалкой.

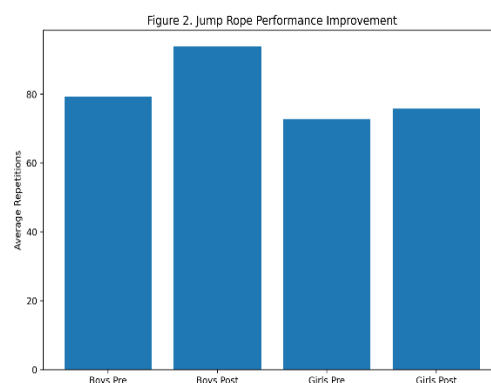


Рис 3 Улучшение точности подачи мяча.

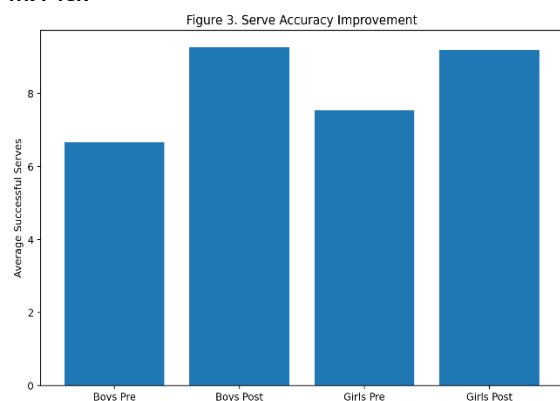


Рис4. Улучшение зрительно-двигательной координации

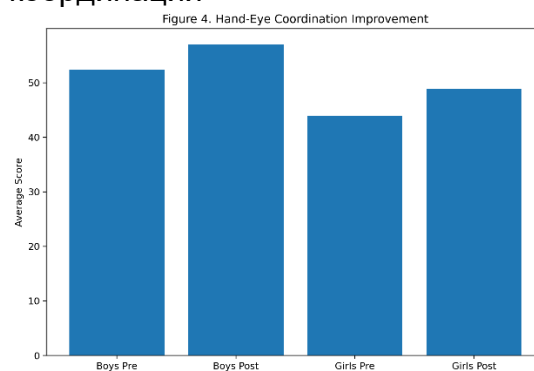


Рис 5. Сравнение показателей физической подготовленности, связанных со здоровьем.

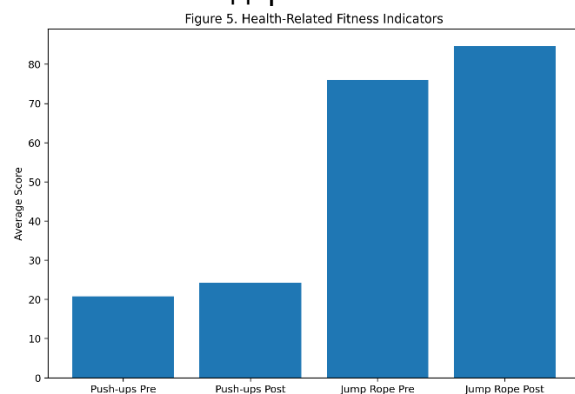
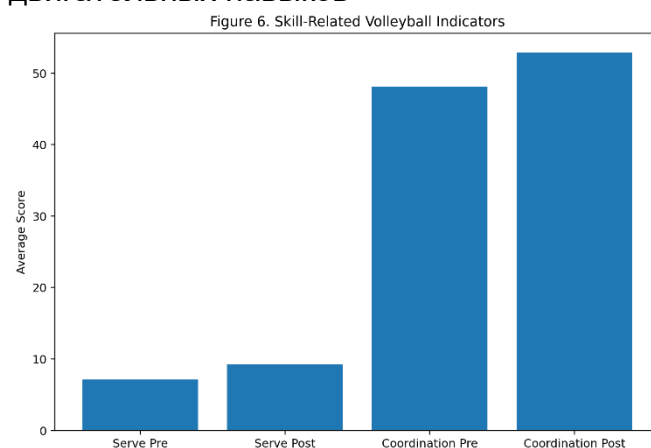


Рис 6. Сравнение показателей двигательных навыков



Представленные графики визуально отражают положительную динамику

Обсуждение. Результаты показывают, что сочетание взаимного обучения с целенаправленными стратегиями постановки целей может значительно улучшить как физическую подготовку, так и специфические показатели эффективности в волейболе. Улучшение показателей в отжиманиях и прыжках со скакалкой демонстрирует, что включение упражнений на выносливость на уроках повышает физическую готовность учащихся. Улучшение показателей точности подачи мяча свидетельствуют о том, что взаимное обучение побуждает учащихся

анализировать технику и эффективно применять обратную связь.

Модель «coach-client» также способствовала развитию аналитического мышления. Учащиеся перешли от общих замечаний к конкретным техническим наблюдениям за техникой подачи мяча и положений тела.

Эти выводы согласуются с теорией целенаправленной практики, которая подчёркивает структурированное обучение и обратную связь как ключевые факторы улучшения результатов (Ericsson et al., 1993).

Заключение. Проведённое исследование демонстрирует, что интеграция модели взаимного обучения «coach-client» и структурированных стратегий постановки целей значительно улучшает показатели результативности в волейболе среди учащихся 9-х класса.

Статистический анализ подтвердил улучшение мышечной выносливости, координации, точности подачи мяча и зрительно-моторной координации после проведённого обучения. Наряду с физическими улучшениями у учащихся также повысился уровень аналитических навыков при оценке результатов игры и предоставлении обратной связи. Эти результаты свидетельствуют о том, что структурированные модели взаимного обучения и стратегии постановки целей могут способствовать как развитию спортивных результатов, так и аналитическому мышлению в рамках школьной физической культуры. В дальнейших исследованиях следует изучить долгосрочное внедрение стратегий взаимного обучения в различных спортивных контекстах.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 18, 5-8.
2. Siedentop, D. (1994). *Sport Education: Quality PE Through Positive Sport Experiences*. Champaign
3. Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation. *American Psychologist*, 57(9), 705-717.
4. Marques, M. C., et al. (2008). Physical conditioning in volleyball performance



МРНТИ 77.03.05

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ВНЕДРЕНИЯ ЦИФРОВОЙ ДИДАКТИКИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Темиргалиева Самал Ермухамбетовна, докторант, магистр, Торайгыров университета, г. Павлодар

Қабылбек Айбек Болатбекұлы, докторант, магистр, Торайгыров университета, г. Павлодар

Айгужинова Гүлмира Зейнуллиновна, старший преподаватель, Торайгыров университета, г. Павлодар

Аннотация: В статье обоснованы педагогические условия внедрения цифровой дидактики в процесс подготовки будущих педагогов физической культуры. Представлены результаты педагогического эксперимента с участием студентов, подтверждающие эффективность интеграции цифровых технологий, рефлексивного сопровождения и практико-ориентированного обучения. Доказано, что предложенная модель способствует развитию цифрово-педагогической компетентности, метакомпетентности и повышению качества профессиональной подготовки будущих специалистов.

Ключевые слова: цифровая дидактика, педагогические условия, цифрово-педагогическая компетентность, метакомпетентность, подготовка педагогов физической культуры, педагогический эксперимент, цифровые технологии

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МҰҒАЛІМДЕРІН ДАЯРЛАУДЫҢ БІЛІМ БЕРУ ПРОЦЕСІНЕ ЦИФРЛЫҚ ДИДАКТИКАНЫ ЕНГІЗУДІҢ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ШАРТТАРЫ

Темиргалиева Самал Ермухамбетовна, докторант, магистр, Торайгыров университета, Павлодар қ.

Қабылбек Айбек Болатбекұлы, докторант, магистр, Торайгыров университеті, Павлодар қ.

Айгужинова Гүлмира Зейнуллиновна, аға оқытушы, Торайгыров университеті, Павлодар қ.

Аңдатпа: Мақалада болашақ дене шынықтыру педагогтарын даярлау үдерісіне цифрлық дидактиканы енгізудің педагогикалық шарттары ғылыми негізделген. Студенттердің қатысуымен жүргізілген педагогикалық эксперимент нәтижелері цифрлық технологияларды, рефлексивтік қолдауды және практикалық-бағдарланған оқытуды біріктірудің тиімділігін көрсетті. Ұсынылған модель болашақ мамандардың цифрлық-педагогикалық құзыреттілігін, метақұзыреттілігін дамытуға және кәсіби даярлық сапасын арттыруға ықпал ететіні дәлелденді.

Түйін сөздер: цифрлық дидактика, педагогикалық шарттар, цифрлық-педагогикалық құзыреттілік, метақұзыреттілік, дене шынықтыру педагогтарын даярлау, педагогикалық эксперимент, цифрлық технологиялар

PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE INTRODUCTION OF DIGITAL DIDACTICS IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF TRAINING PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

Samal Ermukhambetovna Temirgalieva, doctoral student, Master's degree holder, Toraighyrov University, Pavlodar, Kazakhstan

Aibek Bolatbekuly Kabylbek, doctoral student, Master's degree holder, Toraighyrov University, Pavlodar, Kazakhstan

Gulmira Zeynullinovna Aiguzhinova, Senior Lecturer, Toraighyrov University, Pavlodar, Kazakhstan

 **Abstract:** The article substantiates pedagogical conditions for implementing digital didactics in the training of future physical education teachers. The results of a pedagogical experiment involving students confirm the effectiveness of integrating digital technologies, reflective support, and practice-oriented learning. The proposed model enhances digital-pedagogical competence, meta-competence, and improves the overall quality of professional training for future specialists.

 **Keywords:** digital didactics, pedagogical conditions, digital pedagogical competence, meta-competence, physical education teacher training, pedagogical experiment, digital technologies

Введение

В результате цифровой трансформации образования в XXI веке произошли значительные изменения в содержании, формах и технологиях профессиональной подготовки учителей [2; 3]. Концепция развития высшего образования и науки на 2023–2029 годы поставила этот курс в центр государственной политики Республики Казахстан. Концепция направлена на обновление содержания подготовки, внедрение цифровых инструментов и улучшение качества результатов обучения [1]. Внедрение цифровой дидактики в образовательный процесс высшей школы становится все более важным в условиях стремительного развития информационно-коммуникационных технологий, таких как распространение цифровых образовательных платформ, средства дистанционного взаимодействия и интеллектуальных систем анализа данных [2; 5]. Подготовка педагогов физической культуры требует сочетания методической точности, практико-ориентированности, двигательной-деятельностной направленности и развитой профессиональной рефлексии будущего специалиста, что делает эту проблему уникальной для этой области [8].

Ряд факторов определяет актуальность исследования. Цифровизация учебного процесса, персонализация обучения и развитие метакомпетенций будущих учителей являются наиболее важными направлениями модернизации системы высшего образования [1; 5]. Во-вторых, цифровые технологии для мониторинга двигательной активности, онлайн-оценивания, виртуального моделирования двигательных действий и аналитики образовательных результатов необходимы для современного физкультурно-педагогического образования [8]. В-третьих, существует противоречие между необходимостью повышения квалификации учителей в цифровых технологиях и недостаточным развитием педагогических условий, которые позволяют устойчиво использовать цифровую дидактику, особенно в области подготовки учителей физической культуры [7; 10].

Как показывает уровень разработанности темы, работы отечественных и зарубежных ученых отразили различные элементы цифровизации образования, цифровую компетентность учителей и дидактические возможности

образовательных технологий [2; 3; 6; 7]. Трансформация образования в цифровое, разработка электронных курсов для учителей, развитие цифровой грамотности и профессиональных компетенций будущих учителей — все это предметы исследований [2; 3; 10]. Однако существующие исследования показывают, что педагогические условия внедрения цифровой дидактики недостаточно проработаны, особенно в системе подготовки учителей физической культуры; цифровые инструменты должны быть интегрированы с практико-ориентированным, двигательнo-деятельностным и рефлексивным подходом к обучению [8].

Цель исследования состоит в том, чтобы найти научное обоснование и определить совокупность педагогических условий, которые позволяют использовать цифровую дидактику в обучении будущих учителей физической культуры, чтобы повысить качество профессиональной подготовки и развить цифровую готовность обучающихся [5; 10].

Тема исследования заключалась в том, как образовательный процесс профессиональной подготовки преподавателей физической культуры в условиях цифровой трансформации высшего образования [1].

Предметом исследования являются педагогические условия внедрения цифровой дидактики в программу обучения физическим культурам [2; 7].

Цель этой статьи состоит в том, чтобы теоретически обосновать и определить благоприятные педагогические условия для использования цифровой дидактики в обучении учителей физической культуры [2; 5].

Чтобы достичь цели, были решены следующие задачи:

1. проанализировать научно-теоретические подходы к проблеме цифровой дидактики и цифровизации профессионального образования [2; 3; 6];
2. определить сущность и структурные компоненты цифровой дидактики в подготовке педагогов физической культуры [7; 10];
3. определить и подтвердить педагогические условия эффективного использования цифровых дидактических технологий [5; 6];
4. рассмотреть их влияние на качество профессиональной подготовки и развитие цифрового-педагогических компетенций будущих специалистов [8; 9].

Основная часть

Исследование проводилось в 2024–2025 учебном году в Торайгыровском университете в Павлодаре, Республика Казахстан, с участием Педагогического высшего колледжа имени Б. Ахметова. Цифровая дидактика, компетентностные и деятельностные подходы, а также принципы практико-ориентированной подготовки будущих учителей физической культуры послужили основой методологии [2; 3; 8]. Сравнительный анализ, анкетирование учащихся, педагогический эксперимент и педагогическое наблюдение были элементами комплексного исследования [6; 10].

Выборка исследования: в исследовании приняли участие 53 студента физкультурно-спортивного факультета. Выборка была разделена на три сопоставимые группы по уровню подготовки, чтобы проверить эффективность предложенной модели цифровой дидактики:

- 1 группа (контрольная) — 15 студентов;
- 2 группа (экспериментальная) — 18 студентов;
- 3 группа (экспериментальная, расширенная модель) — 20 студентов.

Участие студентов было добровольным, соблюдались принципы конфиденциальности и академической этики [6].

Педагогический эксперимент

Педагогический эксперимент продолжался один семестр и был направлен на проверку эффективности внедрения цифровой дидактики в процесс профессиональной подготовки будущих педагогов физической культуры [2; 10].

В контрольной группе обучение осуществлялось традиционными методами.

Во второй группе применялись цифровые дидактические средства: электронная образовательная платформа, онлайн-оценивание, интерактивные видеоразборы двигательных действий, цифровая обратная связь [7].

В третьей группе была реализована авторская расширенная модель цифровой дидактики, включающая:

1. цифровой мониторинг учебной и двигательной активности;
2. рефлексивные электронные портфолио и самооценку;
3. смешанное обучение с модульной цифровой структурой;
4. проблемно-проектную деятельность в цифровой среде.

Данная структура согласуется с современными представлениями о цифровой компетентности педагога и интеграции технологий в методику обучения, когда технологии рассматриваются как часть педагогического дизайна, а не как внешнее дополнение [5; 10].

Методы сбора данных

Для получения эмпирических данных использовались:

- анкетирование студентов (шкала Лайкерта, 24 вопроса), направленное на выявление уровня цифровой готовности, мотивации и отношения к цифровой дидактике [6; 7];
- пре- и пост-тестирование цифрово-педагогической компетентности (когнитивный, операциональный и рефлексивный блоки) [10];
- педагогическое наблюдение за выполнением учебно-методических заданий и микропреподаванием [8];
- анализ цифровой активности студентов в образовательной среде (частота обратной связи, завершение модулей, самостоятельность выполнения заданий) [7].

Надёжность анкеты (коэффициент α Кронбаха = 0,87) подтверждает внутреннюю согласованность показателей [6].

Новизна методологического подхода

Научная новизна исследования заключается в разработке и апробации трёхкомпонентной модели внедрения цифровой дидактики в подготовке педагогов физической культуры, включающей:

- цифровую интеграцию учебного процесса;
- рефлексивно-аналитическую регуляцию обучения;
- практико-ориентированное цифровое моделирование педагогической деятельности.

Предлагаемый подход расширяет методологию обучения будущих учителей физической культуры, связывая цифровые технологии с профессиональной структурой педагогической деятельности.

Результаты анкетирования

Анализ анкетирования показал положительную динамику отношения студентов к цифровой дидактике. До начала эксперимента высокий уровень цифрово-педагогической готовности демонстрировали 36% студентов. После внедрения цифровой модели показатель увеличился (см. таблицу 1):

- в контрольной группе — до 45%;
- во второй группе — до 70%;
- в третьей группе — до 86%.

Системная цифровая обратная связь и участие студентов в рефлексивных действиях, таких как самооценка, анализ ошибок и корректировка методики, считаются причиной роста показателями в экспериментальных группах [7; 9].

Таблица 1 – Динамика уровня цифрового-педагогической готовности студентов (%)

Группа	До эксперимента (%)	После эксперимента (%)
Контрольная (n=15)	35	45
Экспериментальная (n=18)	36	70
Экспериментальная расширенная (n=20)	37	86

Наиболее заметные изменения были замечены в третьей группе эксперимента, которая использовала расширенную модель цифровой дидактики (см. рисунок 1). Это позволяет обсуждать, как систематическая цифровая интеграция влияет на профессиональную готовность.

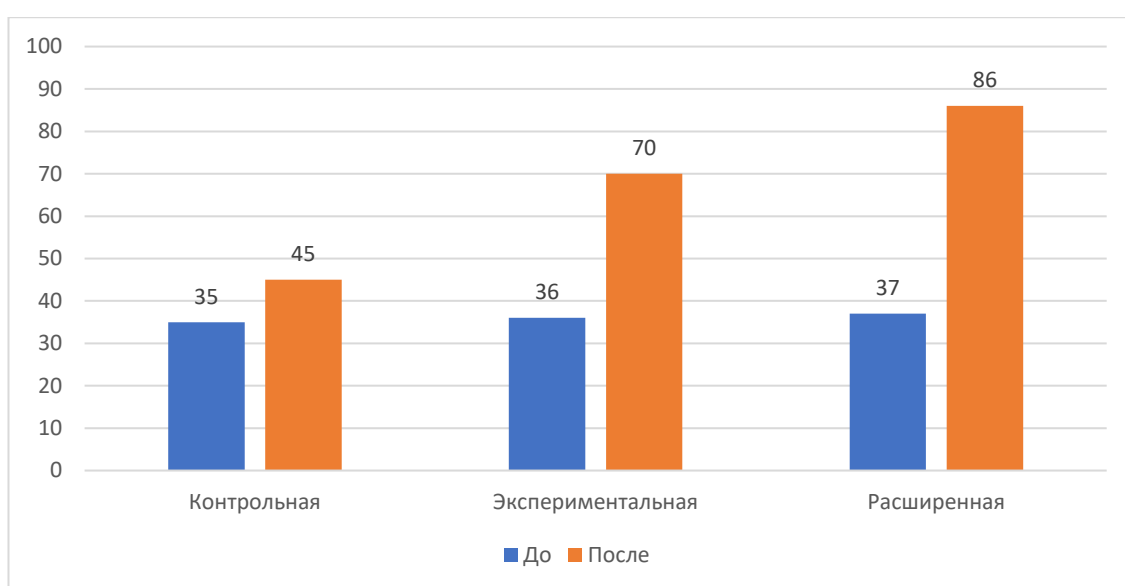


Рисунок 1 – Сравнительная динамика цифрового-педагогической готовности студента

Студенты экспериментальной группы сказали, что они больше заинтересованы в том, чтобы учиться, и что они более осознанно используют цифровые инструменты в своих уроках [5]. В третьей группе 82% участников заявили, что цифровая рефлексия помогла выявить педагогические проблемы и скорректировать учебную деятельность. Эти данные согласуются с идеей о том, что рефлексия играет важную роль в повышении качества обучения [9].

Динамика формирования компетентности

Сравнительный анализ пре- и пост-тестирования показал устойчивый рост цифрового-педагогической компетентности (см. рисунок 2):

- 1 группа — +8%;
- 2 группа — +23%;
- 3 группа — +36%.



Рисунок 2 – Прирост цифрового-педагогической компетенции (%)

Наибольшие изменения были замечены в части рефлексивно-методического подхода, что подтверждает идею о том, что цифровая среда наиболее эффективна, когда она интегрирована в методологию обучения и связана с планированием урока, оценкой и педагогическим решением, а не просто демонстрацией цифровых услуг [10]. Результаты также соответствуют европейскому подходу к цифровой компетентности учителей, в котором особое внимание уделяется цифровой обратной связи, оценке и поддержке самостоятельности учащихся [5].

Анализ учебной активности

Согласно данным цифровых образовательных кредитов, студенты экспериментальной группы были более вовлечены. Повысился уровень самостоятельности, регулярность выполнения заданий и качество учебно-методических разработок [7]. Студенты в третьей группе показали более четкую структуру урока, лучшие навыки объяснения и исправления двигательных действий и более развитые навыки педагогической рефлексии [8]. Это особенно важно для подготовки педагогов физической культуры, поскольку качество преподавания зависит от правильных методических решений в практической деятельности, а также от понимания содержания [8].

Педагогическая интерпретация результатов

Результаты подтверждают эффективность цифровой дидактики, когда она систематически интегрируется в образовательный процесс. Цифровое обучение, рефлексивный анализ и практико-ориентированное моделирование оказали наибольший эффект [5; 10]. Коннективистский подход объясняет этот эффект таким образом: при поддержке цифровых связей, ресурсов и обратной связи устойчивое обучение улучшается в контексте сетевого взаимодействия [7]. Следовательно, возникла метакомпетентность, которая представляет собой способность планировать, контролировать и оценивать свою педагогическую деятельность на основе данных и профессиональной рефлексии [9].

Научный вклад и новизна

Авторский вклад состоит в:

- обосновании педагогических условий внедрения цифровой дидактики в подготовке педагогов физической культуры [2; 3];
- разработке структурной модели цифровой дидактики, ориентированной на методическую интеграцию и рефлексивное сопровождение [5; 10];
- экспериментальном подтверждении влияния цифровой обратной связи на формирование профессиональных компетенций [9].

Предлагаемая модель ориентирована на педагогическую целостность — цели, содержание, методы и оценка — и соответствует стандартам подготовки кадров в Казахстане [1]. Это отличает ее от традиционных технологических

подходов.

Обсуждение и практическая значимость: Результаты исследований показывают, что использование цифровой дидактики в подготовке учителей физической культуры может быть полезным, если существует системность методологии, цифровая обратная связь, адаптивная организация заданий и рефлексивное сопровождение профессионального развития [5; 10]. Внедрение этой модели повышает уровень профессиональной подготовки будущих специалистов, способствует развитию цифрово-педагогической готовности и способствует развитию профессиональной самостоятельности [1; 9].

Выводы

Проведённое исследование позволило теоретически обосновать и экспериментально подтвердить эффективность внедрения цифровой дидактики в образовательный процесс подготовки будущих педагогов физической культуры. Полученные результаты свидетельствуют о том, что системная интеграция цифровых технологий в профессионально-педагогическую подготовку способствует формированию цифрово-педагогической готовности, развитию рефлексивных умений и повышению качества профессиональной компетентности студентов.

В ходе исследования была разработана и апробирована авторская модель внедрения цифровой дидактики, включающая цифровую интеграцию учебного процесса, рефлексивно-аналитическое сопровождение и практико-ориентированное цифровое моделирование педагогической деятельности. Экспериментальные данные показали, что применение данной модели обеспечивает более выраженную положительную динамику формирования профессиональных компетенций по сравнению с традиционными методами обучения. Наиболее значительный рост был зафиксирован в области цифрово-педагогической компетентности, учебной мотивации, самостоятельности и способности к профессиональной рефлексии.

Анализ анкетирования и педагогического эксперимента показал, что эффективность внедрения цифровой дидактики определяется совокупностью педагогических условий: методической целостностью цифрового обучения, системной обратной связью, адаптивной организацией учебной деятельности и рефлексивным сопровождением профессионального развития студентов. Реализация данных условий способствует формированию метакомпетентности, обеспечивающей способность будущего педагога к осознанному планированию, мониторингу и оценке собственной педагогической деятельности.

Научная новизна исследования состоит в обосновании педагогических условий внедрения цифровой дидактики в профессиональную подготовку педагогов физической культуры и разработке структурной модели её реализации, согласованной с современными подходами к интеграции технологий в педагогическое знание и методику преподавания, а также с приоритетами развития высшего образования и науки Республики Казахстан. Практическая значимость исследования заключается в возможности внедрения предложенной модели в образовательные программы педагогических вузов и колледжей, а также в системе повышения квалификации педагогов физической культуры.

Практическая значимость исследования состоит в возможности использования разработанной модели цифровой дидактики в образовательных программах педагогических вузов и колледжей, а также в системе повышения квалификации педагогов физической культуры. Предложенный подход способствует совершенствованию содержания профессионального образования, развитию цифровой педагогической культуры и повышению эффективности

учебного процесса.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Республика Казахстан. Правительство. Об утверждении Концепции развития высшего образования и науки в Республике Казахстан на 2023–2029 годы : Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 248. — URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000248> (дата обращения: 12.02.2026).
2. Роберт И. В. Теория и методика информатизации образования (психолого-педагогический и технологический аспекты) : монография. — М. : БИНОМ. Лаборатория знаний, 2014. — 398 с.
3. Полат Е. С., Бухаркина М. Ю. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования : учеб. пособие для студентов высших учебных заведений. — 3-е изд., стер. — М. : Академия, 2010. — 368 с.
4. Селевко Г. К. Энциклопедия образовательных технологий : в 2 т. — М. : Народное образование, 2006. — Т. 1. — 816 с.
5. Redecker C. European Framework for the Digital Competence of Educators: DigCompEdu. — Luxembourg : Publications Office of the European Union, 2017. — 95 p. — URL: <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC107466> (accessed: 12.02.2026).
6. Hattie J. Visible Learning: A Synthesis of Over 800 Meta-Analyses Relating to Achievement. — London : Routledge, 2009. — 392 p.
7. Siemens G. Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age // International Journal of Instructional Technology and Distance Learning. — 2005. — Vol. 2, No. 1. — P. 3–10. — URL: https://www.itdl.org/journal/jan_05/article01.htm (accessed: 12.02.2026).
8. Kirk D. Physical Education Futures. — London : Routledge, 2010. — 172 p.
9. Anderson T. (ed.). The Theory and Practice of Online Learning. — 2nd ed. — Edmonton : Athabasca University Press, 2008. — 472 p.
10. Mishra P., Koehler M. J. Technological Pedagogical Content Knowledge: A Framework for Teacher Knowledge // Teachers College Record. — 2006. — Vol. 108, No. 6. — P. 1017–1054. — DOI: 10.1111/j.1467-9620.2006.00684.x.



МРНТИ 77.29.99

ГАНДБОЛ: КҮШ ПЕН ЖЫЛДАМДЫҚ МЕКТЕБІ

Отан Мұсхап, дене шынықтыру пәнінің мұғалімі

«Жетісу облысы білім басқармасы Ескелді ауданы бойынша білім бөлімі» М.М. «Ш.Уәлиханов атындағы орта мектебі Ақешкі бастауыш мектебімен» КММ

Аңдатпа: Ұсынылып отырған мақала гандбол ойынын мектеп және спорттық секциялар деңгейінде тиімді оқытуға арналған. Мақала оқушылардың физикалық дайындығын – күш, жылдамдық, төзімділік және үйлесімді қозғалысты – дамытумен қатар, гандболдың техникалық және тактикалық дағдыларын меңгеруге бағытталған. Сонымен қатар, мақала психологиялық тұрақтылық, командалық жұмыс мәдениеті, тәртіп пен жауапкершілік сияқты тұлғалық қасиеттерді қалыптастыруға ықпал етеді.

Мақаланың өзектілігі қазіргі білім беру жүйесінде оқушылардың дене белсенділігінің төмендеуі, спортқа қызығушылықтың азаюы және салауатты өмір салты дағдыларының жеткіліксіз қалыптасуымен байланысты. Осындай жағдайда гандбол сабақтарын жүйелі және кезеңдік түрде өткізу оқушылардың денсаулығын нығайтуға, физикалық дайындығын арттыруға және командалық дағдыларын дамытуға мүмкіндік береді.

Кілт сөз: Спорт, гандбол, жасөспірім, физикалық дайындық

ГАНДБОЛ: ШКОЛА СИЛЫ И СКОРОСТИ

Отан Мұсхап, учитель физической культуры

КГУ «Средняя школа имени Ш.Уалиханова с начальной школой образования по Ескельдинскому району Управления образования области Жетісу»

Аннотация: Предлагаемая статья посвящена эффективному обучению игре в гандбол на уровне школы и спортивных секций. Материал направлен на развитие физических качеств учащихся — силы, скорости, выносливости и координации движений, а также на формирование технических и тактических навыков игры в гандбол. Кроме того, статья способствует развитию таких личностных качеств, как психологическая устойчивость, культура командного взаимодействия, дисциплина и ответственность.

Актуальность статьи обусловлена снижением уровня физической активности учащихся в современной системе образования, уменьшением интереса к спорту и недостаточным формированием навыков здорового образа жизни. В этих условиях систематическое и поэтапное проведение занятий по гандболу способствует укреплению здоровья школьников, повышению уровня их физической подготовленности и развитию командных навыков.

Ключевые слова: Спорт, гандбол, подросток, физическая подготовка

HANDBALL: A SCHOOL OF STRENGTH AND SPEED

Otan Mushaf, physical education teacher

«Secondary School named after Sh. Ualikhanov with Primary School of Education» in the Eskeldinsky District of the Zhetisu Regional Education Department

 **Annotation:** The presented article is intended for effective teaching of handball at the school and sports section levels. The article is aimed at developing the physical fitness of students - strength, speed, endurance and coordinated movements - as well as mastering the technical and tactical skills of handball. In addition, the article contributes to the formation of such personal qualities as psychological stability, teamwork culture, discipline and responsibility.

The relevance of the article is due to the decrease in physical activity of students in the modern education system, a decrease in interest in sports, and insufficient formation of healthy lifestyle skills. In such a situation, systematic and periodic handball lessons will help strengthen students' health, increase physical fitness, and develop team skills.

 **Keywords:** Sports, handball, teenager, physical training

Қазіргі қоғамда дене тәрбиесі мен спорт тек физикалық дамудың құралы ғана емес, сонымен қатар жас ұрпақты тәрбиелеудің маңызды әлеуметтік-педагогикалық тетігі ретінде қарастырылады. Жаһандану дәуірінде жастардың қозғалыс белсенділігінің төмендеуі, гаджеттерге тәуелділіктің артуы және салауатты өмір салтына деген қызығушылықтың әлсіреуі сияқты мәселелер білім беру жүйесінің алдында жаңа міндеттер қойып отыр. Осындай жағдайда мектептегі спорттық ойындардың маңызы ерекше арта түседі.

Спорттық ойындардың ішінде гандбол өзінің динамикалық сипаты, жылдам әрекеттерді талап ететіндігі және командалық үйлесімділікті қалыптастырудағы рөлімен ерекшеленеді. Бұл ойын түрі тек физикалық күшті ғана емес, сонымен қатар ептілік, жылдамдық, төзімділік, кеңістікті бағдарлау және тактикалық ойлау қабілеттерін дамытуға ықпал етеді.

Гандболшылардың жоғары нәтижеге жетуі көбінесе олардың дене дайындығына байланысты. Ал дене дайындығын тиімді жетілдіру арнайы ұйымдастырылған жаттығулар жүйесі арқылы жүзеге асады. Сондықтан гандболшылардың дене дайындығын арттыруда арнайы жаттығулардың ғылыми негізделген кешенін қолдану спорттық дайындықтың басты шарттарының бірі болып табылады.

Гандбол ойынының ерекшеліктері және дене дайындығының рөлі

Гандбол — жоғары қарқынмен өтетін командалық ойын. Ойын барысында спортшылар қысқа уақыт ішінде жылдам жүгіру, бағытты өзгерту, секіру, лақтыру және қарсыластың әрекетіне жауап беру сияқты күрделі қозғалыстарды орындайды. Сондықтан бұл спорт түрінде ойыншылардың жан-жақты физикалық дайындығы ерекше маңызға ие.

Ойын барысында спортшы әр секунд сайын шешім қабылдауға тиіс. Сондықтан физикалық дайындық пен тактикалық ойлау өзара тығыз байланыста дамиды.

Гандболшының жоғары деңгейдегі ойыны оның тек техникалық шеберлігіне ғана емес, сонымен қатар функционалдық мүмкіндіктеріне де байланысты. Егер ойыншының физикалық дайындығы жеткіліксіз болса, ол ойынның қарқынына төтеп бере алмайды.

Осы тұрғыдан алғанда, арнайы жаттығулар жүйесі гандболшылардың физикалық мүмкіндіктерін арттырудың негізгі құралы болып табылады.

Арнайы жаттығулар – белгілі бір спорт түрінің талаптарына сәйкес таңдалып, сол спорттағы қозғалыс әрекеттерін жетілдіруге бағытталған жаттығулар кешені. Гандболдағы арнайы жаттығулардың басты ерекшелігі – олардың ойын барысында орындалатын қозғалыстарға барынша жақын болуы. Мұндай жаттығулар ойын қарқынына сәйкес келіп, нақты техникалық элементтерді жетілдіруге және тактикалық әрекеттерді дамытуға мүмкіндік береді. Нәтижесінде жаттығу процесі ойын жағдайына жақындай түсіп, спортшылардың дайындық деңгейі арта түседі.

Гандболшылардың дене дайындығын жетілдіру бірнеше негізгі бағыт бойынша жүзеге асады. Соның ішінде жылдамдықты дамыту ерекше орын алады. Себебі гандбол ойыны барысында спортшылар қысқа қашықтықта бірнеше рет жедел жүгіріп, бағытты тез өзгертуге мәжбүр болады. Осыған байланысты спринттік жүгіру, старттық жылдамдық жаттығулары, бағытты жылдам өзгерту және доппен маневр жасау сияқты жаттығулар кеңінен қолданылады. Мұндай жаттығулар ойыншылардың қозғалыс шапшаңдығын арттырып, ойын барысындағы әрекеттердің тиімділігін жоғарылатады.

Сонымен қатар гандболшылар үшін күш пен жылдамдық-күш қасиеттерін дамыту да аса маңызды. Ойын барысында секіріп лақтыру, қарсыласпен күресу немесе тосқауыл қою сияқты әрекеттер спортшылардан жоғары деңгейдегі физикалық күшті талап етеді. Осы мақсатта секіру жаттығулары, медицинболмен орындалатын жаттығулар, серіппелі қозғалыстар мен түрлі күш жаттығулары қолданылады. Мұндай жаттығулар ойыншылардың жарылғыш күшін дамытып, олардың лақтыру техникасының тиімділігін арттырады.

Гандбол ойынының ұзақ уақыт жоғары қарқынмен өтуі спортшылардан төзімділікті талап етеді. Сондықтан жаттығу процесінде төзімділікті дамытуға бағытталған жаттығулар ерекше мәнге ие. Интервалдық жүгіру, ұзақ қашықтыққа жүгіру, шеңберлік жаттығулар және ойын элементтері бар тапсырмалар төзімділікті тиімді дамытуға мүмкіндік береді. Мысалы, 30 секунд қарқынды жүгіру мен 30 секунд демалыстан тұратын интервалдық жаттығулар ойын барысындағы қозғалыс ырғағына өте жақын келеді.

Гандболшылардың дене дайындығын дамытуда шеңберлік жаттығу әдісі ерекше тиімді әдістердің бірі болып саналады. Бұл әдіс бойынша спортшылар бірнеше станцияда әртүрлі жаттығуларды кезекпен орындайды. Мысалы, бір станцияда жылдамдыққа жүгіру, екінші станцияда доппен маневр жасау, үшіншісінде қақпаға дәл лақтыру, ал тағы бірінде секіру жаттығулары орындалады. Мұндай жаттығу жүйесі спортшылардың барлық физикалық қасиеттерін қатар дамытуға мүмкіндік беріп, жаттығу процесін қызықты әрі қарқынды етеді.

Арнайы жаттығулардың маңызы тек физикалық дайындықпен шектелмейді. Олар спортшылардың психологиялық тұрақтылығын қалыптастыруда да маңызды рөл атқарады. Гандбол ойыны барысында спортшылар қысым жағдайында әрекет етіп, жылдам шешім қабылдауы тиіс. Сондықтан арнайы жаттығулар сенімділік, батылдық, көшбасшылық және командалық рух сияқты маңызды қасиеттердің қалыптасуына ықпал етеді. Командалық жаттығулар ойыншылар арасындағы өзара түсіністік пен сенімді арттырады.

Гандболды дамытуда мектептің рөлі де ерекше. Мектеп жағдайында гандбол жаттығуларын ұйымдастыру оқушылардың денсаулығын нығайтып қана қоймай, олардың қозғалыс белсенділігін арттырады. Сонымен қатар бұл спорт түрі оқушылардың жауапкершілігін, тәртіптілігін және өзара құрметін қалыптастыруға ықпал етеді. Ұжымдық ойын болғандықтан, гандбол балаларды бірлесіп әрекет етуге, өзара қолдау көрсетуге және ортақ мақсатқа ұмтылуға үйретеді.

Жаттығу процесін тиімді ұйымдастыру үшін оның құрылымы да дұрыс жоспарлануы тиіс. Әдетте жаттығу үш кезеңнен тұрады: кіріспе, негізгі және

қорытынды бөлім. Кіріспе бөлімде қыздыру және буындарды дайындау жаттығулары орындалады. Негізгі бөлімде техникалық және тактикалық тапсырмалар, сондай-ақ ойын жаттығулары жүзеге асырылады. Ал қорытынды бөлімде тыныс алу жаттығулары орындалып, жаттығу нәтижелері талданып, спортшылардың рефлексиясы жүргізіледі. Мұндай жүйелі құрылым жаттығу процесінің тиімділігін арттырады.

Тәжірибелік бақылаулар көрсеткендей, арнайы жаттығуларды жүйелі түрде қолдану гандболшылардың ойын сапасын айтарлықтай жақсартады. Нәтижесінде спортшылардың қозғалыс жылдамдығы артып, қақпаға дәл лақтыру көрсеткіші жақсарады, қозғалыс үйлесімділігі дамиды және командалық әрекет күшейеді. Ең бастысы, спортшылардың ойынға деген қызығушылығы мен мотивациясы артады.

Қорыта айтқанда, гандболшылардың дене дайындығын жетілдіруде арнайы жаттығулардың маңызы ерекше. Олар спортшылардың физикалық мүмкіндіктерін дамытып қана қоймай, олардың тактикалық ойлауын, психологиялық тұрақтылығын және командалық әрекетін жетілдіруге мүмкіндік береді. Арнайы жаттығуларды ғылыми негізде ұйымдастыру жаттығу процесінің тиімділігін арттырып, спортшылардың жоғары нәтижеге жетуіне жағдай жасайды.

Сондықтан гандболды мектептерде кеңінен дамыту және арнайы жаттығулар жүйесін оқу-жаттығу процесінде тиімді пайдалану – жас ұрпақтың денсаулығын нығайтып, олардың спортқа деген қызығушылығын арттырудың маңызды жолдарының бірі болып табылады.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕККӨЗДЕРДІҢ ТІЗІМІ:

1. Жанат Баймұханбетов. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. – Алматы: Рауан, 2014.
2. Серік Қожахметов. Спорттық ойындарды оқыту әдістемесі. – Алматы: Қазақ университеті, 2018.
3. International Handball Federation. Handball Rules and Regulations. – Basel: IHF Publications, 2022.
4. Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі. Дене шынықтыру және спортты дамыту тұжырымдамасы. – Астана, 2021.
5. Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі. Дене шынықтыру пәні бойынша оқу бағдарламасы (мектептерге арналған). – Астана, 2020.



МРНТИ 77.03.07

БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМДАРЫНДА КОНСТИТУЦИЯ ҚҰНДЫЛЫҚТАРЫ АРҚЫЛЫ ТҰЛҒАНЫҢ ДЕНЕ МӘДЕНИЕТІН ДАМУЫ

Туленова Улдай Талкашовна, профессор, п.ғ.к., Х. Досмұхамедов атындағы Атырау университеті, Атырау қ.

 **Аңдатпа:** Мақалада білім беру ұйымдарында Конституциялық құндылықтарды жүзеге асыру негізінде тұлғаны жан-жақты дамыту мәселесі қарастырылады. Авторлар Конституцияда бекітілген адам құқықтары, еркіндік, теңдік, заң үстемдігі қағидаларын білім беру процесіне енгізудің маңызын айқындайды. Сонымен қатар, дене мәдениетін дамыту тұлғаның әлеуметтік, психологиялық және физикалық қалыптасуындағы негізгі фактор ретінде талданады. Зерттеу барысында құндылыққа бағдарланған білім беру, дене тәрбиесі және азаматтық тәрбие арасындағы өзара байланыс анықталып, практикалық ұсыныстар ұсынылады.

 **Түйінді сөздер:** Конституция, құндылықтар, тұлға дамуы, дене мәдениеті, азаматтық тәрбие, білім беру, құндылыққа бағдарланған білім.

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ ЧЕРЕЗ ЦЕННОСТИ КОНСТИТУЦИИ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Туленова Улдай Талкашовна, профессор, кандидат педагогических наук
Атырауский университет им. Х. Досмухамедова, г. Атырау

 **Аннотация:** В статье рассматривается вопрос всестороннего развития личности на основе реализации конституционных ценностей в организациях образования. Авторы определяют значение включения в образовательный процесс принципов прав человека, свободы, равенства, верховенства закона, закрепленных в Конституции. Кроме того, анализируется Развитие физической культуры как основного фактора в социальном, психологическом и физическом становлении личности. В ходе исследования выявляется взаимосвязь между ценностно-ориентированным образованием, физическим воспитанием и гражданским воспитанием, предлагаются практические рекомендации.

 **Ключевые слова:** Конституция, ценности, развитие личности, физическая культура, гражданское воспитание, образование, ценностно-ориентированное образование.

DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE OF THE INDIVIDUAL THROUGH THE VALUES OF THE CONSTITUTION IN EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

Tulenova Uldai Talkashovna, professor, candidate of Pedagogical Sciences
Atyrau University named after H. Dosmukhamedov, Atyrau, Kazakhstan

Annotation: The article examines the issue of comprehensive personal development based on the implementation of constitutional values in educational organizations. The authors define the importance of including in the educational process the principles of human rights, freedom, equality, and the rule of law, enshrined in the Constitution. In addition, the development of physical culture is analyzed as the main factor in the social, psychological and physical development of a personality. The study identifies the relationship between value-based education, physical education and civic education, and offers practical recommendations.

Keywords: Constitution, values, personality development, physical culture, civic education, education, value-based education.

Қазіргі қоғамдағы білім беру жүйесінің негізгі мақсаты – тек білімді меңгергерту емес, сонымен қатар азаматтық жауапкершілігі жоғары, дені сау, рухани бай тұлғаны қалыптастыру[1]. Осы тұрғыдан алғанда, Қазақстан Республикасының Конституциясында бекітілген негізгі құндылықтар білім беру мазмұнының іргетасы ретінде қарастырылады. Конституция – құқықтық құжат қана емес, ол қоғамның құндылықтық бағдарын айқындайтын стратегиялық негіз.

Білім беру ұйымдарында Конституциялық құндылықтарды жүзеге асыру тұлғаның құқықтық санасын қалыптастырумен қатар, оның әлеуметтік белсенділігін, азаматтық ұстанымын және дене мәдениетін дамытуға ықпал етеді[2].

Қазақстан Республикасының Конституциясында адамның өмірі, құқықтары мен бостандықтары ең жоғары құндылық ретінде жарияланған. Бұл қағида білім беру жүйесінде тұлғаға бағытталған оқыту мен тәрбиелеудің негізін құрайды. Педагогикалық тұрғыдан Конституциялық құндылықтар келесі бағыттарда көрініс табады:

- тұлғаның құқықтық мәдениетін қалыптастыру;
- әлеуметтік жауапкершілікті дамыту;
- демократиялық қатынастарды меңгерту;
- толеранттылық пен құрмет сезімін тәрбиелеу. Осы құндылықтарды білім беру процесіне енгізу арқылы білім алушылардың өзін қоғамның толыққанды мүшесі ретінде сезінуіне жағдай жасалады[3].

Конституциялық құндылықтарды білім беру үдерісінде тәжірибелік тұрғыда жүзеге асыру – оларды тек теория ретінде меңгертумен шектелмей, нақты әрекет, мінез-құлық және әлеуметтік тәжірибе арқылы қалыптастыруды көздейді.

1. Тұлғаның құқықтық мәдениетін қалыптастыру. Бұл бағытта балалар мен білім алушыларға өз құқықтары мен міндеттерін түсіндіру нақты практикалық әрекеттер арқылы іске асады. Мысалы, балабақша мен мектепте «Менің құқығым және міндетім» тақырыбында рөлдік ойындар, жағдаяттық тапсырмалар (кейстік әдіс), құқықтық викториналар ұйымдастырылады. Балалар күнделікті өмірдегі қарапайым жағдайлар арқылы (ойыншықты бөлісу, кезек сақтау, ережені сақтау) құқықтық нормаларды тәжірибеде қолдануды үйренеді.

2. Әлеуметтік жауапкершілікті дамыту. Бұл бағытта тұлғаның қоғам алдындағы жауапкершілігін қалыптастыру үшін жобалық және әлеуметтік тәжірибеге негізделген жұмыстар жүргізіледі. Мысалы, «Қамқорлық күні», «Таза

аула», «Жас эколог» сияқты шағын әлеуметтік жобалар арқылы балалар өз әрекетінің қоғамға әсерін түсінеді. Топтық жұмыстарда әр балаға белгілі бір міндет жүктеліп, нәтижеге бірге жету арқылы жауапкершілік сезімі дамиды.

3. Демократиялық қатынастарды меңгерту. Демократиялық құндылықтарды тәжірибеде қалыптастыру үшін балаларды шешім қабылдау процесіне қатыстыру маңызды. Мысалы, топ ішінде «шағын кеңес» немесе «балалар парламенті» ұйымдастырылып, онда балалар күн тәртібін, ойын түрлерін немесе ережелерді бірге талқылайды және дауыс беру арқылы шешім қабылдайды. Бұл әдіс пікір білдіру, өзгені тыңдау және келісімге келу дағдыларын дамытады.

4. Толеранттылық пен құрмет сезімін тәрбиелеу. Бұл бағытта әртүрлілікке құрмет пен өзара сыйластықты қалыптастыру үшін мәдени-танымдық және коммуникативтік тәжірибелер қолданылады. Мысалы, «Достық күні», «Ұлттар фестивалі», «Мен және басқалар» сияқты іс-шаралар арқылы балалар түрлі мәдениеттер, тілдер және дәстүрлермен танысады. Сонымен қатар, топтық ойындар мен тренингтерде бір-біріне көмектесу, эмпатия көрсету, жанжалдарды бейбіт шешу дағдылары қалыптастырылады. Конституциялық құндылықтарды тәжірибелік бағытта жүзеге асыру – баланың күнделікті әрекеті, қарым-қатынасы және әлеуметтік тәжірибесі арқылы іске асады. Яғни, құқықтық мәдениет, жауапкершілік, демократиялық мінез-құлық пен толеранттылық тек оқытылмайды, олар өмірлік дағдыға айналатын тәжірибе ретінде қалыптастырылады.

Тұлға дамуы және құндылыққа бағдарланған білім беру. Құндылыққа бағдарланған білім беру – тұлғаның ішкі әлемін, моральдық ұстанымдарын және өмірлік мақсаттарын қалыптастыруға бағытталған процесс. Бұл бағытта Конституциядағы негізгі принциптер (еркіндік, теңдік, әділдік) тұлғаның дүниетанымының негізіне айналады. Зерттеулер көрсеткендей, құндылыққа негізделген білім беру:

- тұлғаның өзін-өзі тануын арттырады;
- әлеуметтік бейімделуін жеңілдетеді;
- эмоционалдық интеллектіні дамытады;
- жауапкершілік пен дербестікті қалыптастырады.

Құндылыққа негізделген білім беру – білім алушының тек академиялық жетістігін емес, оның тұлғалық, әлеуметтік және эмоционалдық дамуын кешенді түрде қалыптастыруға бағытталған жүйе. Бұл тәсіл төмендегі нәтижелер арқылы тәжірибеде көрініс табады:

Тұлғаның өзін-өзі тануын арттырады. Білім беру үдерісінде рефлексия, өзін бағалау, «Мен кімін?», «Менің құндылықтарым қандай?» сияқты сұрақтарға жауап іздеу арқылы бала өзінің қабілетін, қызығушылығын, мінез ерекшеліктерін түсіне бастайды. Практикада бұл – күнделік жүргізу, өзіндік талдау, шығармашылық тапсырмалар (эссе, сурет, әңгіме) арқылы жүзеге асады. Нәтижесінде тұлғада ішкі тұрақтылық пен саналы таңдау жасау дағдысы қалыптасады.

Әлеуметтік бейімделуін жеңілдетеді. Құндылықтарға негізделген ортада бала қоғам нормаларын, қарым-қатынас мәдениетін, топта жұмыс істеу ережелерін тәжірибе арқылы меңгереді. Топтық жұмыстар, бірлескен жобалар, рөлдік ойындар арқылы ол әртүрлі әлеуметтік рөлдерді игереді. Бұл оның жаңа ортаға тез бейімделуіне, конфликтілерді дұрыс шешуіне және өз орнын табуына мүмкіндік береді.

Эмоционалдық интеллектіні дамытады. Бұл бағытта бала өз эмоциясын тану, басқару, басқа адамның сезімін түсіну (эмпатия) дағдыларын қалыптастырады. Сабақ барысында жағдаяттық тапсырмалар, тренингтер, «эмоция картасы», пікір алмасу сияқты әдістер қолданылады. Нәтижесінде бала эмоциясын

реттей алатын, қарым-қатынаста икемді, психологиялық тұрғыдан тұрақты тұлғаға айналады[4].

Жауапкершілік пен дербестікті қалыптастырады. Білім беру процесінде балаға таңдау мүмкіндігін беру (тапсырма түрін таңдау, рөл бөлу, шешім қабылдау) оның дербестігін арттырады. Сонымен қатар, жеке және топтық міндеттерді орындау арқылы ол өз әрекетінің нәтижесіне жауап беруді үйренеді. Мысалы, жобалық жұмыстар, тапсырманы өз бетінше жоспарлау, нәтижені қорғау – жауапкершілік сезімін нақты тәжірибе арқылы қалыптастырады. Құндылыққа негізделген білім беру – тұлғаның ішкі әлеуетін ашатын, оны қоғамға бейім, эмоционалды тұрақты, жауапты және саналы азамат ретінде қалыптастыратын тиімді педагогикалық модель.

Дене мәдениетін дамыту – тұлға қалыптасуының маңызды факторы. Дене мәдениеті – тұлғаның физикалық дамуын ғана емес, сонымен қатар оның ерік-жігерін, тәртібін және өмірлік белсенділігін қалыптастыратын маңызды компонент. Білім беру ұйымдарында дене мәдениетін дамыту:

- салауатты өмір салтын қалыптастырады;
- психологиялық тұрақтылықты арттырады;
- ұжымдық әрекетке бейімдейді;
- көшбасшылық қасиеттерді дамытады. Конституциялық құндылықтармен байланыста дене мәдениеті тұлғаның өзін-өзі жетілдіру құқығын жүзеге асыру құралы ретінде қарастырылады[5].

Білім беру ұйымдарында дене мәдениетін дамыту – тек физикалық жаттығулармен шектелмей, тұлғаның денсаулығын, психологиялық жай-күйін және әлеуметтік дағдыларын кешенді қалыптастыруға бағытталған үдеріс. Бұл төмендегі бағыттар арқылы тәжірибеде жүзеге асады:

Салауатты өмір салтын қалыптастырады. Дене тәрбиесі сабақтары, спорттық ойындар, таңғы жаттығулар мен денсаулық күндері арқылы балаларда қозғалыс белсенділігіне деген тұрақты қажеттілік қалыптасады. Практикада дұрыс тамақтану, жеке гигиена, күн тәртібін сақтау туралы әңгімелер мен тренингтер ұйымдастырылады. Нәтижесінде бала өз денсаулығына жауапкершілікпен қарайтын әдеттерді меңгереді.

Психологиялық тұрақтылықты арттырады. Физикалық белсенділік стресс пен эмоционалдық кернеуді төмендетудің тиімді құралы болып табылады. Қозғалыс ойындары, релаксациялық жаттығулар, тыныс алу гимнастикасы арқылы балалар өз эмоцияларын реттеуді үйренеді. Бұл олардың өзін-өзі басқару қабілетін арттырып, қиын жағдайларда сабыр сақтауға көмектеседі.

Ұжымдық әрекетке бейімдейді. Командалық спорт түрлері мен топтық ойындар барысында балалар бірлесіп әрекет ету, өзара көмек көрсету, ортақ мақсатқа жету дағдыларын меңгереді. Мысалы, эстафеталық жарыстар, топтық жаттығулар арқылы әр қатысушының рөлі маңызды екені түсіндіріледі. Бұл ұжымдық жауапкершілік пен ынтымақтастықты қалыптастырады.

Көшбасшылық қасиеттерді дамытады. Дене тәрбиесі барысында балаларға команда капитаны болу, жаттығуды ұйымдастыру, топты басқару сияқты мүмкіндіктер беріледі. Мұндай тәжірибе шешім қабылдау, жауапкершілік алу, басқаларды ынталандыру қабілеттерін дамытады. Сонымен қатар, көшбасшылық тек басқару емес, өзгелерге үлгі болу екенін бала тәжірибе арқылы түсінеді. Дене мәдениетін дамыту – баланың физикалық денсаулығын нығайтумен қатар, оның психологиялық тұрақтылығын, әлеуметтік бейімділігін және көшбасшылық әлеуетін қалыптастыратын маңызды педагогикалық құрал[6].

Конституциялық құндылықтар мен дене мәдениетінің интеграциясы. Қазіргі білім беру жүйесінде тұлғаны дамыту кешенді сипатқа ие болуы тиіс. Осыған

байланысты азаматтық тәрбие мен дене тәрбиесін интеграциялау маңызды. Практикалық бағыттар:

- «Адал азамат» тәрбиесі аясында спорттық іс-шаралар ұйымдастыру;
- құқықтық мәдениет пен fair play (адал ойын) қағидаларын байланыстыру;
- мектеп және балабақша деңгейінде дене тәрбиесін ұлттық және азаматтық құндылықтармен ұштастыру;
- ұлттық ойындар және оны заманауи бағытта түрлендіру;
- командалық ойындар арқылы әлеуметтік жауапкершілікті дамыту. Бұл интеграция тұлғаның үйлесімді дамуына мүмкіндік береді.

«Адал азамат» тәрбиесі аясында спорттық іс-шаралар ұйымдастыру бағытында спорт тек жарыс емес, мінез-құлық пен құндылықтарды қалыптастыру құралы ретінде қарастырылады. Мысалы, «Адал ойын - адал жеңіс», «Чемпион - әділдік үлгісі» атты спорттық фестивальдерде тек нәтиже емес, тәртіп, әділдік, қарсыласқа құрмет көрсету бағаланады. Балаларға жарыс барысында ережені сақтау, жеңісті де, жеңілісті де дұрыс қабылдау мәдениеті тәжірибе арқылы үйретіледі.

Құқықтық мәдениет пен fair play (адал ойын) қағидаларын байланыстыру. Спорттық орта - құқықтық нормаларды түсіндірудің ең қолайлы алаңы. Ойын ережелерін сақтау арқылы балалар заң мен тәртіптің маңызын түсінеді. Практикада төреші рөлін балаларға беру, ойын барысында ереже бұзушылықты бірге талқылау, «неге бұл әділетсіз?» деген сұрақтарға жауап іздеу құқықтық сананы қалыптастырады. Fair play қағидалары (адалдық, теңдік, құрмет) - Конституциялық құндылықтардың нақты көрінісі ретінде меңгертіледі.

Мектеп және балабақша деңгейінде дене тәрбиесін ұлттық және азаматтық құндылықтармен ұштастыру. Дене тәрбиесі мазмұнына ұлттық тәрбие элементтерін енгізу арқылы балалар өз мәдениетіне құрметпен қарауды үйренеді. Мысалы, сабақ барысында қазақтың батырлық дәстүрлері, ұлттық спорт түрлері туралы қысқаша танымдық ақпарат беру, «ұлттық рух» тақырыбында спорттық эстафеталар ұйымдастыру. Бұл балалардың патриоттық сезімін күшейтіп, азаматтық позициясын қалыптастырады.

Ұлттық ойындар және оны заманауи бағытта түрлендіру. Қазақтың дәстүрлі ойындарын (асық ату, көкпар элементтері, арқан тарту, тоғызқұмалақ) заманауи педагогикалық форматта қолдану маңызды. Мысалы, асық ойындарын эстафеталық форматта өткізу, цифрлық құралдар арқылы ұпай санау, ұлттық ойындарды STEAM немесе квест технологиясымен біріктіру. Бұл әдіс балалардың қызығушылығын арттырып, ұлттық құндылықтарды заманауи контексте меңгеруге мүмкіндік береді[7].

Осы орайда, «Оқу ағарту министрлігі, ұлттық ғылыми дене тәрбиесі орталығы» тарапынан ұйымдастырылған «Білім беру ұйымдарында дене тәрбиесінің тұжырымдамалық негіздерін трансформациялау» (2024 ж), «Көшпенділер ойындары», Астана, «Түркі халықтарының зияткерлік ойындары: өзектілігі мен болашығы» (2025 ж. Түркияда), халықаралық ғылыми-практикалық конференциялар мен осы бағытта өткізілген біліктілікті арттыру курстараның маңызы зор болды. Аталған курстардың нәтижесінде аудандық, қалалық, республикалық, халықаралық деңгейдегі «Бестемше», «Алаңдағы бестемше» «Тоғызқұмалақ» «Асық» т.б. ұлттық ойындарынан сайыстар, командалық ойындар білім алушылармен тәрбиелік мәні бар іс-шаралар белсенді өткізілуде.

Командалық ойындар арқылы әлеуметтік жауапкершілікті дамыту және халықаралық конференциялардың маңызы өте зор болды. Командалық ойындарда әр бала ортақ нәтижеге жауапты екенін сезінеді. Практикада рөлдерді бөлу, топтық стратегия құру, бір-бірін қолдау арқылы ұжымдық жауапкершілік қалыптасады. Бұл

тәжірибе кейін әлеуметтік өмірде белсенді азамат болуға негіз қалайды. Ал осы бағытта ұйымдастырылатын халықаралық конференциялар (білім беру, дене тәрбиесі, спорт педагогикасы саласында) тәжірибе алмасуға, озық әдістерді енгізуге, ұлттық модельді халықаралық деңгейде танытуға мүмкіндік береді. Олар педагогтердің кәсіби дамуын қамтамасыз етіп, білім беру жүйесін жаһандық трендтермен үйлестіреді. Аталған практикалық бағыттар дене мәдениетін тек физикалық даму құралы емес, тұлғаның құқықтық, азаматтық және ұлттық құндылықтарын қалыптастыратын кешенді тәрбиелік жүйе ретінде қарастыруға мүмкіндік береді[8].

Қорытындылай келе, білім беру ұйымдарында Конституциялық құндылықтарды жүзеге асыру тұлғаның жан-жақты дамуына негіз болады. Аталған құндылықтар тұлғаның құқықтық мәдениетін қалыптастырумен қатар, оның дене мәдениетін дамытуға да ықпал етеді. Дене мәдениеті мен азаматтық тәрбиенің өзара байланысы тұлғаның әлеуметтік белсенді, жауапты және дені сау азамат болып қалыптасуына жағдай жасайды. Сондықтан білім беру жүйесінде құндылыққа бағдарланған тәсілді кеңінен енгізу – қазіргі заманның өзекті міндеттерінің бірі.

Конституция аясында бекітілген ұлттық құндылықтар тұлғаның дене мәдениетін дамытудың мазмұндық және идеялық негізін құрайды. Олар дене тәрбиесін тек физикалық дайындық деңгейінде емес, тұлғаның рухани-адамгершілік, азаматтық және әлеуметтік сапаларын қалыптастыратын кешенді процесс ретінде қарастыруға мүмкіндік береді. Салауатты өмір салты, жауапкершілік, әділдік, тәртіп, патриотизм және ұжымшылдық сияқты құндылықтар дене мәдениеті арқылы тәжірибеде бекітіліп, баланың мінез-құлқы мен өмірлік ұстанымына айналады. Нәтижесінде дене мәдениеті – Конституциялық құндылықтарды жүзеге асыратын тиімді педагогикалық құрал ретінде тұлғаның үйлесімді дамуын, қоғамға бейімделуін және белсенді азаматтық позициясын қамтамасыз етеді.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕККӨЗДЕРДІҢ ТІЗІМІ:

1. Қазақстан Республикасының Конституциясы. – Астана, 2022.
2. Қазақстан Республикасында білім беруді дамытудың 2023–2029 жылдарға арналған тұжырымдамасы.
3. Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі. Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы. – 2022.
4. Goleman D. Emotional Intelligence. – New York, 1995.
5. OECD. Education 2030: The Future of Education and Skills. – 2021.
6. UNESCO. Reimagining Our Futures Together: A New Social Contract for Education. – 2021.
7. ҚР Оқу-ағарту министрлігі. Дене тәрбиесі пәні бойынша оқу бағдарламалары. – 2023–2024.
8. OECD. Education for Inclusive and Sustainable Development. – 2022.

 МРНТИ 77.03.07

МЕКТЕПKE БАРАТЫН БАЛАЛАРЫ БАР ЖАНҰЯЛАРЫНДА САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫНЫҢ ӘЛЕУМЕТТІК СИПАТТАМАСЫ

Талиева Гульбанат Нургалиевна, мед.ғ.к., қауымдастырылған профессор, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.
Тулеубаева Назира Шалқарқызы, Тынбаев Арман Шайхатович, Хабыл Нурбол., Төлеген Мадияр Талғатұлы

«Дене шынықтыру және спорт менеджменті» БББ студенттері,
Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

 **Андатпа:** Зерттеу нәтижесі жасөспірімдердің денсаулығы отбасындағы экономикалық жеткіліктілік деңгейіне де тәуелді болатынын көрсетті. Оқушыларда жеке бөлмелер мен жеке бұрыштарының болуы материалдық жағдайының деңгейін анықтайды: 81,1% жеке бөлмесі және 15% - ында жеке бұрышы бары анықталды, бірақ оқушылардың 3,9%-ында жеке тұрмыстық кеңістік болмаған.

 **Түйінді сөздер:** әлеуметтік сипаттама, әлеуметтік – тұрмыстық, денсаулық, салауатты өмір салты

СОЦИАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СЕМЬЯХ С ДЕТЬМИ, ПОСЕЩАЮЩИМИ ШКОЛУ

Талиева Г.Н., к.мед.н., ассоциированный профессор, Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

Тулеубаева Н.Ш., Тынбаев А.Ш., Хабыл Н., Тулеген М.Т., студенты ОП «Физическая культура и спортивный менеджмент», Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

 **Аннотация:** Результаты исследования показали, что здоровье подростков зависит от материально-бытовых условий в семье. Наличие отдельных комнат и частных уголков для учащихся определяет уровень финансового положения: 81,1% имели отдельную комнату, 15% - частный уголок, но 3,9% школьников не имели частного жилого пространства.

 **Ключевые слова:** социальная характеристика, социально-бытовые условия, здоровье, здоровый образ жизни

SOCIAL CHARACTERISTICS OF A HEALTHY LIFESTYLE IN FAMILIES WITH CHILDREN ATTENDING SCHOOL

Talieva G.N.,

Candidate of Medical Sciences, Associate Professor

Tuleubayeva N.Sh., Tynbaev A.Sh., Khabyl N. Tulegen M.

students of OP «Physical culture and sports management», Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda, Kazakhstan

 **Annotation:** The results of the study showed that the health of adolescents depends on the level of economic adequacy in the family. The presence of separate rooms and private corners for students determines the level of financial situation: 81.1%

had a separate room, 15% had a private corner, but 3.9% of schoolchildren did not have a private living space.

 **Key words:** social characteristics, social welfare, health, healthy lifestyle

Бұл мақала № 27 «Қазақстан халқының денсаулығын нығайту және оңалтуға арналған емдік дене шынықтыру кешенін әзірлеу» атты дипломдық жоба шеңберінде дайындалған.

Кіріспе.

Қазіргі таңда оқушылар арасындағы сырқаттанушылық тенденциясы отбасының әлеуметтік – гигиеналық мәдениетімен әлеуметтік – тұрмыстық жағдайына байланысты өсуі байқалады. Денсаулықтың қалыптасуында әлеуметтік-гигиеналық факторлар маңызды орын алады, оның ішінде тұрмыстық шарттар, отбасындағы материалдық деңгейі, зиянды әрекеттердің болуы, отбасындағы қарым-қатынастың сипаттамасы [1, 2, 3].

Балалар денсаулығын қорғау және сақтау – тек медициналық мәселе емес, ол білім беру, әлеуметтік саясат және отбасы тәрбиесімен тығыз байланысты кешенді мәселе болып табылады.

Қазіргі уақытта жасөспірімдер арасында бейімдеушілігі кері (дұрыс емес) тұлғалар санының өсуі, әскери қызметке медициналық тексеру нәтижесі бойынша жоғары сынып оқушылары арасында жарамдылықтың төмендеуі, кәсіптік білім алу, еңбек ету, қыздардың репродуктивті денсаулық деңгейінің төмендеуі байқалады [4, 5].

Бұл жұмыстың **мақсаты**, жоғары сынып оқушыларының отбасының өмір салтының әлеуметтік сұрақтарын зерттеу болып табылады.

Зерттеу әдісі мен материалдары: зерттеу объектісі Қарағанды қаласының бір ауданында тұратын жоғары сынып оқушыларының отбасы (барлығы 30 отбасы).

Нәтижелер мен талқылаулар:

Өскелең ұрпақтың жеке денсаулығын қалыптастыру, сақтау және нығайту - дене шынықтырудың басым міндеті болып табылады. Туған сәттен бастап бала организмнің өмірлік әрекетін қамтамасыз ететін, психикалық процесстердің дамуы мен қозғалыс функциясының қалыптасуына жауап беретін барлық жүйелері мен функцияларының қарқынды жетілуі басталады. Әлеуметтік сұрақтарды зерттеу нәтижесінің талдауы барлық отбасы үймен қамтамасыз етілгенін көрсетті: көркейтілген пәтерде тұратындар 20 отбасы (74,2%), жеке тұрғын үйде – 10 отбасы (25,8%), отбасы құрамы бойынша толық – 21 отбасы (70%), толық емес, әкесіз отбасы – 7 (23,3%) және толық емес анасыз – 2 отбасы (6,7%). Зерттелген отбасылардың көбінде екі-үш баладан бар.

Әлеуметтік параметрлері бойынша нашар отбасына, ата-аналарының білім деңгейлері төмен, қызметтері жағымсыз және ауыр жұмыс жағдайларына байланысты болатын отбасылар жатады.

Сонымен қатар зерттеу нәтижесі жасөспірімдердің денсаулығы отбасындағы экономикалық жеткіліктілік деңгейіне де тәуелді болатынын көрсетті. Оқушыларда жеке бөлмелер мен жеке бұрыштарының болуы материалдық жағдайының деңгейін анықтайды: 81,1% жеке бөлмесі және 15% - ында жеке бұрышы бары анықталды, бірақ оқушылардың 3,9%-ында жеке тұрмыстық кеңістік болмаған.

Оқушылардың отбасыларында физикалық белсенділіктің төмен тенденциясы байқалады. Тек 13% отбасы күнделікті дене шынықтырумен немесе басқа шынығу процедураларымен айналысады, ал жартысынан көбісі дене шынықтырумен өте аз

айналысады, және отбасылардың 18% мүлдем айналыспайды.

Ата-аналардың балалармен бірге демалыс уақытын өткізу отбасындағы өмір салтының бірден бір оң факторы болып табылады. Отбасының үштен бір бөлігі демалысты әрқашан бірге өткізеді, жиі – жартысынан көбі, және отбасының 6,0% ешқашан демалысты бірге өткізбейді.

Отбасының денсаулық индексінің көрсеткішінің бірі, мектеп жасындағы балалардың болуы, ата-анамен балалар арасындағы қарым-қатынас болып табылады. Ата-аналармен балалар арасындағы келіспеушіліктер, түсінбеушіліктер, жүйке-психикалық бұзылыстардың болуы және атана-аналардың да балалардың да медициналық көмекке жүгінуің себебі болуы мүмкін.

Отбасы мүшелерінің, әсіресе балалардың денсаулық жағдайына материалды қамтамасыздандыру, ата-аналардың білім деңгейі, тұрмыстық жағдайы, тамақтану сапасы, психикалық статус әсер етеді.

Осыған байланысты балалардың денсаулық тобын анықтайтын маңызды факторлардың бірі - ата-аналардың денсаулық жағдайы болып саналады. Денсаулықтың I тобына жататын балалар денсаулық жағдайында ауытқулары жоқ аналарда (25,4%), денсаулықтарында ауытқулары бар аналарға қарағанда (19,6%) жиі кездеседі. Осындай көрсеткіштердің қатынасы әке жағынан да сәйкес келеді: 24,4% және 19,5%. Денсаулық жағдайында ауытқулары бар аналарда денсаулықтың II тобына жататын балалар 72,1%, ал сау аналарда 63,6% құрайды. Жоғары білімді аналардың балаларында денсаулықтың III тобы (15%) орта білімді аналардың балаларына қарағанда төмен (23,4%). Денсаулық жағдайы бойынша ажыратылатын аналарда денсаулықтың III тобына жататын балалар саны тең болады (3,6% және 3,8%), ал денсаулығында ақауы бар әке жағынан бұл көрсеткіш сау әкелерге қарағанда жоғары (4,2%, 1,8%). Балалардың физикалық дамуына әсер ететін микроәлеуметтік факторлардың бірі ананың отбасы жағдайы болып табылады. Толық отбасының балалары арасында гармониялық физикалық даму 46,2% құрайды, толық емес отбасының балалары арасында (жеке басты ана, ажырасқан немесе жесір әйел) 29,1% құрайды.

Жасөспірімдердің денсаулық жағдайын сипаттайтын көрсеткіштерінің бірі темекі тарту болып табылады. Жасөспірімдердің темекіні таңдауда тәртібіне кері әсер ету тұрғысынан және пассивті темекі тарту қауіптілігі жағынан ата-аналарда түсінбеушіліктер орын алады [6, 7]. Отбасылардың жасы үлкен мүшелерінің темекі тарту мәселесі ескерілмей қалмайды, яғни ата-аналарының мұндай әдеттерге бейім болуына әсер етуі мүмкін.

Әрбір екінші отбасында темекі тартатындар анықталды (47,2%), сондай-ақ әрбір екінші отбасында әкесі темекі тартады (55,3 %), анасы (7,9%) тартады, бірақ ешкім балалардың темекі тартуының фактісі болатындығын көрсетпейді.

Қорытынды

Сонымен, балалардың жоғары сырқаттанушылығы, оның ішінде созылмалы сырқаттанушылық, отбасы қатынастарының тұрақсыздығы, тәрбиеленіп жатқан баласы бар отбасылардың әлеуметтік-тұрмысының нашарлығымен анықталады, осыған байланысты жасөспірімдердің салауатты өмір салтының құрылуы отбасы мүшелерінің әлеуметтік және тәрбиелік қауіп факторына негізделген. Ата-аналарының әдеттерінің өзгеруі, отбасындағы балалардың салауатты өмір салтын қалыптасуына ықпалын тигізудің тәсілінің бірі болып табылады.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕККӨЗДЕРДІҢ ТІЗІМІ:

1. Кудяшева, А.Н. Оқушылардың қалыпты дене бітімінің бұзылу себептерінің алғышарттары /А.Н. Кудяшева, И.Ш. Мутаева //Цельность человеческой сущности в физической культуре и спорте: Бүкілресейлік ғылыми-тәжірибелік конференция материалдары. – Екатеринбург, 2018. – Б. 135-137.
2. Сабырбек Ж. Емдік дене шынықтыру. Оқу-әдістемелік құралы., Алматы қаласы, 2020, 102 б.
3. Ярцева Д.Ю. Влияние малоподвижного образа жизни на состояние здоровья подростков /Д.Ю. Ярцев, Г.Е. Дергунова //Молодой ученый. - 2017. -№18. -С.126-129.
4. Гришин Т.В., Никитин С.В. Методы профилактики нарушений осанки у детей в общеобразовательных школах //Вестник гильдии протезистов-ортопедов. М, 2016 №3. - С. 38-42



МРНТИ 77.03.05

БАЛАЛАР ДЕНСАУЛЫҒЫН НЫҒАЙТУ ЖӘНЕ ОҢАЛТУҒА АРНАЛҒАН ЕМДІК ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ТӘЖІРИБЕСІ

Талиева Гульбанат Нургалиевна, мед.ғ.к., қауымдастырылған профессор, Қазпотребсоюз Қарағанды университеті, Қарағанды қ.
Тулеубаева Назира Шалқарқызы, Тынбаев Арман Шайхатович, Хабыл Нурбол., Төлеген Мадияр Талғатұлы
 «Дене шынықтыру және спорт менеджменті» БББ студенттері,
 Қазтұтынуодағы Қарағанды университеті, Қарағанды қ.

Аңдатпа: Қазіргі балалар мен жасөспірімдер арасында жиі кездесетін функционалдық бұзылыстарға тірек-қимыл жүйесінің бұзылыстары, соның ішінде омыртқа қисаюы (сколиоз, кифоз), жалпақтабандылықты жатқызуға болады. Осы жағдайды тудыруда мектеп ішілік факторлар, соның ішінде жиһаздарды дұрыс таңдамау, оқулықтардың салмағының артуы, қозғалыс белсенділігінің төмен болуы, таза ауада серуендеу уақытының тапшылығы ықпал етеді. Аталған функционалдық өзгерістер көбіне қайтымды болып келеді, яғни дер кезінде дұрыс профилактика мен оңалту шаралары жүргізілсе, толық түзетілуі мүмкін.

Түйінді сөздер: функционалдық бұзылыстар, сколиоз, кифоз, мектеп ішілік факторлар, оңалту шаралары

ПРАКТИКА ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ

Талиева Г.Н., к.мед.н., ассоциированный профессор, Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда
Тулеубаева Н.Ш., Тынбаев А.Ш., Хабыл Н., студенты ОП «Физическая культура

и спортивный менеджмент», Карагандинского университета Казпотребсоюза, г. Караганда.

 **Аннотация:** К наиболее часто встречающимся функциональным нарушениям среди детей и подростков можно отнести нарушения опорно-двигательного аппарата, в том числе искривление позвоночника (сколиоз, кифоз), плоскостопие. Созданию данной ситуации способствуют внутришкольные факторы, в том числе неправильный выбор мебели, увеличение веса учебников, низкая двигательная активность, дефицит времени для прогулок на свежем воздухе. Данные функциональные изменения часто являются обратимыми, то есть могут быть полностью скорректированы при своевременном проведении правильных профилактических и реабилитационных мероприятий.

 **Ключевые слова:** функциональные расстройства, сколиоз, кифоз, внутришкольные факторы, реабилитационные мероприятия

THE PRACTICE OF PHYSICAL THERAPY TO PROMOTE THE HEALTH AND REHABILITATION OF CHILDREN

Talieva G.N., Candidate of Medical Sciences, Associate Professor

Tuleubayeva N.Sh., Tynbaev A.Sh., Khabyl N., students of OP «Physical culture and sports management», Karaganda University of Kazpotrebsoyuz, Karaganda

 **Annotation:** The most common functional disorders among modern children and adolescents can be attributed to disorders of the musculoskeletal system, including curvature of the spine (scoliosis, kyphosis), flatulence. Intra-school factors, including the wrong choice of furniture, an increase in the weight of textbooks, low motor activity, and a lack of time for walking in the fresh air, contribute to the development of this condition. These functional changes are often reversible, which means that they can be completely corrected if proper prevention and rehabilitation measures are carried out in a timely manner.

 **Keywords:** functional disorders, scoliosis, kyphosis, intra-school factors, rehabilitation measures ahsky.

Бұл мақала № 27 «Қазақстан халқының денсаулығын нығайту және оңалтуға арналған емдік дене шынықтыру кешенін әзірлеу» атты дипломдық жоба шеңберінде дайындалған.

Кіріспе.

Қазіргі таңда өсіп келе жатқан ұрпақтың денсаулығын сақтау мен нығайту заманның маңызды медициналық-әлеуметтік мәселелерінің бірі болып табылады. Осыған байланысты, балалар денсаулығын қорғау бірнеше себептерге байланысты ерекше өзекті, атап айтқанда, аурушандықтың өсуі – соңғы жылдары балалар арасында созылмалы және функционалдық аурулар саны артуда; гиподинамия (қозғалыс аздығы) – цифрлық технологиялардың дамуына байланысты балалардың қозғалыс белсенділігі төмендеген; экологиялық және әлеуметтік факторлар – қоршаған ортаның ластануы, дұрыс тамақтанбау, стресс факторлары әсер етеді [1].

Балалар денсаулығын қорғау және сақтау – тек медициналық мәселе емес, ол білім беру, әлеуметтік саясат және отбасы тәрбиесімен тығыз байланысты

кешенді мәселе болып табылады.

Осыған орай, денсаулықты нығайтудағы емдік дене шынықтырудың (ЕДШ) маңызы зор екені ғылыми тұрғыдан дәлелделген. Емдік дене шынықтыру (ЕДШ) – арнайы таңдалған физикалық жаттығулар арқылы организмнің қызметін қалпына келтіруге және нығайтуға бағытталған әдіс.

Өскелең ұрпақтың жеке денсаулығын қалыптастыру, сақтау және нығайту - дене шынықтырудың басым міндеті болып табылады. Туған сәттен бастап бала организмнің өмірлік әрекетін қамтамасыз ететін, психикалық процесстердің дамуы мен қозғалыс функциясының қалыптасуына жауап беретін барлық жүйелері мен функцияларының қарқынды жетілуі басталады. Дәл балалық шақта дұрыс қозғалыстар мен мүсін формасының негізі қаланады. Дене тәрбиесі құралдарын (гимнастика мен жүзу) пайдалану балалардың организмне оң әсер ететіні айқындалған [2].

Қазіргі уақытта балалардың дене қозғалысы белсенділігінің жетіспеушілігі, олардың дене дамуын тежейді, денсаулығына қауіп төндіреді. Сонымен қатар, оқушылар сабақ тапсырмаларын орындау үшін мобильдік құрылғыларға тәуелді болды, соның нәтижесінде таза ауада серуендеу, достарымен ойын ойнау уақытының болмауы, дене шынықтырумен айналыспау, сколиоз, майтабан, протрузия, омыртқа аурулары, остехондроз, аяқ, жамбас сүйектері аурулары, қыз балалар арасында тұрмыс құрғаннан кейін құрсақ көтере алмау, түсік тастау жағдайларына әкеледі. Осы проблемелардың алдын-алу үшін, балалардың физикалық белсенділігін арттыру мақсатында дене тәрбиесі сабақтарын, сонымен қатар физикалық жаттығулар мен денсаулық жағдайын жақсарту мақсатында емдік дене шынықтыру элементтерін дене тәрбиесі сабағына енгізу қажет екендігін көптеген ғалымдар мен мамандар ескертеді.

Зерттеу мақсаты. ЕДШ (емдік дене шынықтыру) элементтерін кешенді түрде қолдану арқылы оқушылардың қозғалыс дағдыларын қалыптастыру.

Зерттеу әдістері. Ғылыми жұмыстың мақсатын орындау үшін орта білім беру ұйымдары оқушыларының дене белсенділігін бағалау сауалнама көмегімен жүзеге асырылды. Сауалнаны талдау нәтижесінде мектеп оқушыларының тек 20,5%-ы (ұлдар – 24,5% және қыздар – 12,5%) күн сайын таңертеңгілік жаттығуларды жасайтыны анықталды, мүлде жасамайды 25% ұлдар және 19,3% қыздар. Таңертеңгілік жаттығуларды жасайтын ұлдарға қарағанда барлық жас топтарында күнделікті таңертеңгілік жаттығуларды жасайтын қыздардың аз екендігі де назар аударарлық. Бұдан басқа оқушылардың басым көпшілігі (79,8%) дене шынықтыру сабағына аптасына 2-3 рет баратыны анықталды. Мектеп оқушыларының 5,7% (4,9% ұлдар және 6,5% қыздар) дене шынықтыру сабағынан босатылған. Сауалнама көрсеткендей, оқушылардың 56,7% (66,4% ұлдар және 47,1% қыздар) мектепте дене шынықтыру сабағының күн сайын жүргізілуін қалайды. Оқушылардың 43,3% (33,6% ұлдар және 52,9% қыздар) мектепте күнделікті дене шынықтыру сабағына қарсы. Жоғары сынып оқушыларының күнделікті дене шынықтыру сабағына қызығушылықтары төмен екенін айта кеткен жөн. Олардың күнделікті дене шынықтыру сабағына ынтасының төмен болуының негізгі себептерінің бірі ретінде шамадан тыс оқу жүктемесі аталды.

Нәтижелер мен талқылаулар:

Мектеп оқушылары таза ауада серуендеудің орнына, үйде компьютер мониторының немесе смартфон экранының алдында отыруды көбірек ұнатады. Сауалнама әлеуметтік желілерде, компьютерлік ойындарда және (немесе) бейнежазбаларды және (немесе) телешоуларды қарауға кететін уақыт есебінен мектеп күндерінде де, демалыс күндері де физикалық белсенділік деңгейінің

төмендегенін растады.

Осылайша, оқу күндері оқушылардың 27% (29,7% ұлдар және 24,5% қыздар) компьютерде (смартфон) 2-3 сағат уақытын өткізеді. Мектеп оқушыларының төрттен бір бөлігі (25,4%), оның ішінде 31,1% ұлдар және 19,7% қыздар уақытының 3-4 сағатын компьютерге (смартфон) арнайды. Әрбір бесінші оқушы дерлік (22,6%) компьютерде (смартфонда) 5 сағат немесе одан да көп уақыт отырады.

Мектеп оқушыларының демалыс күндері компьютерде (смартфонда) өткізетін уақыты да алаңдатады. Респонденттердің 18,9%-ы (ұлдардың 17,2%-ы және қыздардың 20,7%-ы) компьютерде (смартфон) 5 сағат немесе одан да көп уақыт жұмсайды. Оқушылардың 24,6% (24,3% ұлдар және 25% қыздар) компьютерде (смартфонда) 1-2 сағат отырады. Оқушылардың 8,7%-ы ғана (ұлдардың 8,1%-ы және қыздардың 9,4%-ы) бос уақытының 1 сағаттан азын компьютерге (смартфон) арнайды. Айта кету керек, жасы ұлғайған сайын компьютер (смартфон) алдында ұзақ уақыт (2-3 сағаттан астам) болатын оқушылардың саны күрт өседі, ал уақытын компьютерге (смартфонға) арнайтын балалардың тәулігіне 2 сағаттан астам азаяды.

Қазіргі уақытта педагогтардың, дәрігерлердің, психологтардың, физиологтардың назары тұлғаның жан-жақты дамуы үшін маңызы зор. Әдеби дереккөздерді талдау нәтижесінде соңғы жылдары мүсін бұзылысының әртүрлі дәрежесінен зардап шегетін балалар санының арту үрдісі байқалатыны анықталды [3].

Мектеп жасындағы балалардың физикалық дамуында кездесетін ауытқулардың ішінде мүсін бұзылыстарының әртүрлі түрлері және оның асқынған формасы - сколиоз ауруы маңызды орын алады. Педагогикалық тұрғыдан алғанда, мүсін бұзылыстарының асқынған түрлері тірек-қимыл аппаратындағы қайтымсыз құрылымдық өзгерістерге, сыртқы тыныс алу және қан айналымы функцияларының бұзылуына, жүрек-қан тамырлары жүйесі мен көру мүшелерінің жұмысындағы ауытқуларға жиі әкеп соғады.

Сондықтан, біз мүсін бұзылыстары бар балаларға арналған түзету гимнастикасын қолдануға, сонымен қатар емдік гимнастика және массаж, жүзу бойынша сауықтыру сабақтарын өткізу әдістемесін ұсынуға талпыныс жасадық. Бұл аспектіні зерттеу қосымша білім беру жағдайындағы балалардың дене тәрбиесі үшін ерекше өзекті болып табылады, өйткені ауруды оңалту шаралары, негізінен, нақты бір дертті емдеуге ғана бағытталған.

Көптеген ғалымдардың пікірінше, мүсін бұзылыстары бар балаларға тірек-қимыл аппаратын, жүйке-бұлшықет корсетін нығайтуға және қозғалыс белсенділігі деңгейін арттыруға бағытталған іс-шаралар қажет екенін атап көрсетеді. Қосымша сабақтарда сауықтыру және түзету бағытындағы құралдарды таңдау және тиімді пайдалану негізінде балалардың мүсінін түзету - қозғалыс дағдыларын мақсатты түрде қалыптастыруға, аурудың әрі қарай асқынуын азайтуға ықпал етеді, бұл біздің зерттеуіміздің өзектілігін айқындады.

Сауықтыру дене шынықтыруы балалардағы омыртқа ауытқуларын түзету мен оңалтудың барлық кезеңдерінде кеңінен қолданылады. Ортопедиялық клиникада физикалық жаттығуларды қолданудың клиникалық-физиологиялық сипаттамасы - науқас организмдегі патологиялық процесстер мен таңдалған құралдардың осы процесстерге әсер ету сипатын салыстыру негізінде емдеудің басты міндеттерін шешу мүмкіндігі болып табылады [4].

Омыртқа қисаюы кезіндегі сауықтыру дене шынықтыруының (СДШ) жекелеген міндеттері болып табылады: «Бұлшықет корсетін» қалыптастыру және нығайту; сыртқы тыныс алу жүйесінің, жүрек-қан тамырлары, тыныс алу және жүйке жүйелерінің функционалдық мүмкіндіктерін жақсарту; науқас балалардың дене

дамуын жақсарту, қозғалыс үйлесімін (координация) дамыту; балалар организміне жалпы нығайтқыш әсер ету және олардың психозэмоционалдық күйіне оң ықпал жасау, әрі қарай емделуге ынталандыру; өмірлік маңызды қозғалыс біліктіліктері мен дағдыларын тәрбиелеу, ерік-жігер қасиеттерін дамыту.

Қорытынды

Бұл міндеттерді шешу үшін физикалық жаттығулардың кең ауқымы қолданылады. Омыртқа қисаюын түзету мен алдын алуда қызметі төмендеген белгілі бір бұлшықет топтарына сараланған (дифференциалды) әсер ететін жаттығулар маңызды рөл атқарады, осылайша сколиоз ауруынан зардап шеккен мүшелер мен тіндердің регенерациясына (қалпына келуіне) ықпал етеді.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕККӨЗДЕРДІҢ ТІЗІМІ:

1. Кудяшева, А.Н. Оқушылардың қалыпты дене бітімінің бұзылу себептерінің алғышарттары /А.Н. Кудяшева, И.Ш. Мутаева //Цельность человеческой сущности в физической культуре и спорте: Бүкілресейлік ғылыми-тәжірибелік конференция материалдары. – Екатеринбург, 2008. – Б. 135-137.
2. Сабырбек Ж. Емдік дене шынықтыру. Оқу-әдістемелік құралы., Алматы қаласы, 2020, 102 б.
3. Ярцева Д.Ю. Влияние малоподвижного образа жизни на состояние здоровья подростков /Д.Ю. Ярцев, Г.Е. Дергунова //Молодой ученый. - 2017. -№18. -С.126-129.
4. Гришин Т.В., Никитин С.В. Методы профилактики нарушений осанки у детей в общеобразовательных школах //Вестник гильдии протезистов-ортопедов. М, 2000 №3. - С. 38-42

МАҚАЛАЛАРДЫ ДАЙЫНДАУҒА ҚОЙЫЛАТЫН ТАЛАПТАР



Тақырыптық бағыты

Қазіргі заманғы дене шынықтыру және спорт: педагогика, психология, физиология, балалар денсаулығы, медико-биологиялық бағыт.



Мақаланың атауы

Ортада, БАС ӘРІППЕН, ҚОЮ қаріппен



Автор туралы

Аты-жөні (қою), ғылыми дәрежесі, ұйым, қала, ел



Аңдатпа мен түйін сөздер

30–100 сөз, қазақ, орыс, ағылшын тілдерінде, қою қаріппен



Мәтін құрылымы

Кіріспе, әдістеме, нәтижелер, қорытынды, әдебиеттер



Сілтемелер

Мәтінде: [1], [2]; Әдебиеттер тізімі: ГОСТ 7.5–98, ГОСТ 7.1–2003



Төлем деректемелері

ҚР ОМ «Ұлттық ғылыми-практикалық дене тәрбиесі орталығы» РМҚК
БСН: 000740000649
КБЕ: 16
ЖСК: KZ936018821001119691
БИК: HSBKKZKX



Формат

Word, A4, Arial: мәтін – 14 пт, аңдатпа мен түйін сөз – 12 пт, кестелер мен сызбалар – 12 пт. Жоларалық интервал – бірарналық. Абзац шегінісі – 1,0 см. Бет өрістері: Жоғарғы және төменгі – 2 см, сол жақ – 2 см, оң жақ – 1 см.



Бет көлемі

3–10 бет, сурет көлемі жалпы көлемнің $\frac{1}{4}$ аспауы тиіс



Тексеру

Плагиятқа міндетті тексеріс



Жіберу тәсілі

E-mail:

naukannpcfk@gmail.com.



Жариялау ақысы

4325 теңге, мақала қабылданғаннан кейін төленеді



Журналдың шығу жиілігі

Журнал тоқсанына 1 рет шығарылады



Автордың жауапкершілігі

Деректердің дәлдігі мен шынайылығы үшін



ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ



Тематика журнала

Современные проблемы физической культуры и спорта: педагогика, психология, физиология, здоровье детей, медико-биологические аспекты.



Название статьи

По центру, ЗАГЛАВНЫМИ БУКВАМИ, ЖИРНЫМ шрифтом



Об авторе

ФИО (жирным), учёная степень, организация, город, страна



Аннотация и ключевые слова

30–100 слов, на казахском, русском и английском языках, жирным шрифтом



Структура текста

Введение, методика, результаты, заключение, список литературы



Ссылки

В тексте: [1], [2]; список литературы: по ГОСТ 7.5–98, ГОСТ 7.1–2003



Реквизиты

РГКП «Национальный научно-практический центр физической культуры» МП РК
БИН: 000740000649
КБЕ: 16
ИИК: KZ936018821001119691
БИК: HSBKZKX



Формат

Word, A4, Arial: основной текст — 14 пт, аннотация и ключевые слова — 12 пт, таблицы и схемы — 12 пт. Межстрочный интервал — одинарный. Отступ абзаца — 1,0 см. Поля страницы: Верх и низ — 2 см, слева — 2 см, справа — 1 см.



Объём статьи

3–10 страниц, объём иллюстраций — не более ¼ от общего объёма



Проверка

Обязательная проверка на плагиат



Отправка

На e-mail:

naukannpcfk@gmail.com.



Стоимость публикации

4325 тенге, оплачивается после принятия статьи к публикации



Периодичность издания

Журнал выходит 1 раз в квартал



Ответственность автора

За точность и достоверность данных.



REQUIREMENTS FOR ARTICLE FORMATTING



Journal Scope

Contemporary issues of physical culture and sports: pedagogy, psychology, physiology, child health, and medico-biological aspects.



Article Title

Centered, in UPPERCASE, bold font



About the Author

Full name (bold), academic degree, organization, city, country



Abstract & Keywords

30–100 words, in Kazakh, Russian, and English, bold font



Text Structure

Introduction, methodology, results, conclusion, references



References

In-text: [1], [2]; reference list: formatted per GOST 7.5–98, GOST 7.1–2003



Payment information

RSE «National Scientific and Practical Center of Physical Culture»
MES RK
BIN: 000740000649
KBE: 16
IBAN: KZ936018821001119691
BIC: HSBKKZKX



Format

Word, A4, Arial: main text – 14 pt. Abstract and keywords – 12 pt. Tables, references, diagrams – 12 pt. Line spacing: Single. Paragraph indentation: 1.0 cm. Margins: Top and bottom – 2.0 cm, left – 2 cm, right – 1 cm.



Article Length

3–10 pages; illustrations – no more than ¼ of total volume



Plagiarism Check

Mandatory plagiarism check before submission



Submission

E-mail to:

naukannpcfk@gmail.com.



Publication fee:

4325 KZT, paid after the article is accepted for publication



Publication frequency

The journal is published once per quarter



Author's responsibility

For the accuracy and reliability of the data

